婦人衛生雜誌

大正七年三月二十日發行

第三百四十號

明治四十一年十二月一日第三種郵便物認可（毎月一回
明治二十一年十二月二十八日內務省許可（廿日發行）

婦人衛生雜誌 第三百四十號目次

講演

叢談

雜報

廣告

謹告

來る四月八日(第二月曜日)午前十時より本郷區湯島(お茶の水)東京高等女學校作樂館に於て本會例會を開き、會員有志の料理法實習有之筈に候、但し當日は都合により衛生講話は相休み可申候右稟告仕候也

料理實習の件に就ては何卒本會事務所へ御問合はせ願上候

大正七年三月

私立大日本婦人衛生會

私立 大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや智識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一年を送らんを皆ともに希はざるはあらじされども其身健康にあらざれは此生活を得んをいと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も／＼衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいとも緊要の事にして皆是等婦人のもつぱら掌るべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相尋て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは眞に喜ばしきことなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を惹かざるもの、如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一回集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講義演説談話をなし互に相研究し尚之を筆記して册子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす玆に本會旨趣の梗概を敍べて廣く江湖の諸姉に告げ其賛成を仰ふぐことしかり

明治二十年十一月

首唱者總代

私立 大日本婦人衛生會規則摘要

（明治卅二年十二月改正）

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ随て社會全般の幸福を增進するにあり●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く●第三條　本會々員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得●第四條　入會の節には姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員章を交付す（交付手續在末に詳なり）入會後轉居等あるときは速に事務所に報知せらるべし●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一ヶ月金三拾錢以上、通常會員は一ヶ月金拾五錢を納むる者とす●第六條　男子にして本會の旨趣を賛成する者は之を賛成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に賛成員たることを望みたる者は役員の協議に依り無會費とすることあるべし●第七條　會員は本會に於て毎月發刊する雜誌を無料にて受くることを得●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せず●第九條　本會に推戴員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族の妃殿下に願出るものとす●第十條　本會に左の役員を置く會長一名、副會長一名、幹事七名、評議員三十名、本會書記若干名●第十一條　會長副會長幹事評議員は毎年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命す但書記は都合に由り會員外の婦人若くは男子に託することあるべし●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し幹事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る幹事の分課を設け第一會計　第二編輯出版、第三庶務とす●第十三條　臨時指名委員の件●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ヶ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員を生ずるときは次點者を以て補缺す●第十五條　會長副會長幹事評議員は無給とす書記には相當の報酬を給す●第十六條　集會は例會總會及評議員會とす例會は八九月を除くの外毎月一回とし總會は三月に之を開く若し急要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二回會員相互親睦の爲め園遊會を開くことあるべし●第十七條　毎會學識經驗ある人々に衛生上の講義演説談話を囑托し會員をして適宜聽講せしむるものとす●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會々場に誘致し講義演説等を傍聽せしむることを得（但衣服は總て質素たるべき事）●第十九條　講義演説等は男子の傍聽を禁ず●第二十條　規則の改正其他重要の件議定のこと●第廿一條　毎年三月總會に於て會計の收支決算竝に庶務の機要會員の増減等を報告すべし●第廿二條　本會の所有金は本會の名義を以て三井銀行に預くるものとす●第廿三條　會計の收支は總て會計擔任の幹事檢印を要するものとす●第廿四條　會計は一ヶ年毎に決算し翌年三月總會に報告すべし

支會●第廿五條　地方に於て本會々員十名以上發起者あるときは其規則を定め本會長の承認を受け支會を設立することを得●第廿六條　本會々員にして支會の設立せんとするときは發起者の姓名を記載して申出べし爾後員數增減あるときは其姓名を支會より本會事務所に報告すべし本會會員にして支會に加入したる者の會費は本會に納付することを止め支會の規定に依るものとす●第廿七條　支會には支會限りの會員を置くことを得●第廿八條　本會の雜誌は支會に回送すべきを以て其實費を支會より本會に送付すべし支會限りの會員にして雜誌を請求する者に就きても亦同じ●第廿九條　支會は毎會の都度其狀況を本會に報告すべし

●雜件　第三十條　本會は毎月一回雜誌を發刊し之を會員に配附すべし●第卅一條　會員又は會員外の者にして金圓若くは書籍物品等を本會に寄附する者ある時は本會々長の名を以て謝狀を贈り寄贈者の姓名及品目を[illegible]に登錄し尚本會雜誌を以て報告すべし●第卅二條　[illegible]領證を交付すべし[illegible]地方會員にして小爲替又は郵券にて[illegible]は受領證を送[illegible]別に返信料を添へらるべし（郵券一割増）[illegible]東京府下に限り毎月[illegible]を差出すべし地方會員[illegible]●第卅四條　會員中若し本會の障礙となるべき所爲ある者又は[illegible]納付せざる者あるときに會長評議員會の決議を經て除名し若しくは廣告することあるべし

東京市本郷區駒込林町二番地

私立大日本婦人衛生會

講演

運動と肥胖

醫學博士　村地長孝

遲刻致しまして誠に申譯がございませぬ、實は急に私がお話を致しますことになりましたので素より無い頭で尙更考がございませぬ、唯運動と肥胖——肥胖と申すと肥えることで——此運動と肥えるといふことに就て少しお話をしやうと思ひます、併し是も纏まりて是と云ふ事もありませぬが、唯自分の專門であると云ふ立場から或はお話が出來はしまいかといふことで申上げます、お解りになれば誠に私に取つて仕合でありますが纏りませぬのはどうかお許しを願ひます。

それで何故此運動と肥胖といふやうな妙な題を選びましたかといふと、是は能く近頃雜誌などに肥える法と瘠せる法などゝいふやうな事が出て居ります、吾々醫者としての立場から言ふと何にも瘠せる必要はない、肥えるといふことが必要だと云ふことになつて居る、それに就て昔からの習慣のやうになつて人が始終考へて居りますのは肥える爲めにはウンと運動してウンと食べれば肥えると人が言つて居ります　ところが又一方では肥えて肥過て居る人がある其場合になると——「貴方は運動が足りないから肥えるのである」と斯う言うて居る、さうすると肥える爲めには運動する、瘠せる爲めにも運動するといふことになつて見れば、抑〻どういふ風に運動したら良いかといふ疑が起つて來る、けれども此運動をすれば肥えるとか瘠せるとかいふのは抑〻末である、何故運動すれば肥えるのであるが、何故或方法

を探つて運動すれば瘠せるのであるかといふ其根本が解つて居ない場合に於ては到底本統の目的を達することは出來ないのであります。

で此前に一寸御斷りをして置きますのは私共の間題とは關係がございませぬけれども衛生といふことと養生といふことであります、……是は誰れでも存じて居ることでありますけれども……衛生と言へば積極的の方であつて、健康な者であれば其健康なる體を一層健康に一層強壯にすると云ふ方であります、ところが養生といふ側に這入つて來るとさうでなく少し瑾物になつた物をどうかして其儘使つて行かうといふために行るのが養生であります、從來醫者といふ立場から行つて居る仕事は殆んど皆養生であつて、醫者の語で言ふと即ち消極的の方面であります、で衛生といふのはどうしても積極的に行かなければならない、そこで衛生といふ側から言うて行けば若し——私は戴きませぬが——酒を飲む人であれば時には多く飲むといふことも固より良いことではないが積極的から言へば或は許し得ることかも知れませぬ、殊に又子供などに致しましては平素二椀宛食べて居る者に時には三椀も食べさして腹を膨らすといふことも良い、と云ふ事になつて來ます、で兎に角さういふ風にして體の鍛錬といふ側から行くのが衛生である、養生はさうではない、私が能くお話しますが或はお解りにならぬ方もございますかも知れませぬが一寸下等な例へば此陶器でございます、火に懸ける陶器——土鍋であるとか或は土瓶であるとかいふ物、之を大事に割れないやうにして、段々と此土鍋なり土瓶なりを強い火に懸けても割れないやうにするのが衛生である、で養生の方から言へば瑾の付いた物恰度ひゞの付いた土瓶なり土鍋なりを何うかして使かつて役に立たして行かうといふのが養生であります、ですからさう云ふ物に對しては火の加減も充分注意しなければならず、荒らいこともせぬやうにしなければならぬといふ風であります、子供を育てるにしても若しも其子供が瑾

物――といふと少し語弊があるかも知れませぬが、弱く出來て居る子供であつた場合には著物も綿入の二枚も三枚も著せなければならぬといふ風に育てゝ行かなければならぬ、ところが之に反して若し瑕も何も無い丈夫な子供に對して絶えず餘計な心配をして少し寒いと二枚も三枚も著物を著せたりするといふやうなことになると詰り健康な身體を病人扱ひにする、瑕の無い物を瑕の付いた物と同じ樣に扱ふのであるから少しの事に倒れてしまふのは當然のことである、斯う云ふ風に衞生と養生とは違ひます、ところが今日私がお話致します、運動と肥胖といふ問題は衞生といふより消極的の養生といふ方に這入つて來ます。

そこで肥えるといふことに就て吾々醫者の方から見れば二通りの肥方がある、それは貴方は既に御承知のことでありませうが、恰度吾々の體を一つの機械工場とすれば其機械を運轉するには石炭も要るそれから其機械を造るには無論鐵も要る、ですから其機械工場に充分能力を發揮さす爲めには鐵やその他の金屬を充分に費つて機械を殖やすといふことも亦一方では機械を運轉させる石炭を蓄へて置くといふことも必要である、此の二つを揃へると云ふことが機械を間斷なく運轉さすといふ上の唯一つの方法であります、その際石炭さへ唯積込んで置けば良いとは到底言はれない、機械さへ置けば石炭は要らないといふことも決して言はれないので、機械がいくら立派であつても石炭なり「ガソリン」なり揮發なりの「モーター」を起す動力なるものがなければ運轉は出來ないのであります、それと同じ樣に吾々の體にも二つの必要なものがある、卽ち吾々の體も私は今此處でお話をして居る、貴女方はお座はりになつて聞いていらつしやる、此の話すとか聞くとか卽ち一つの働を致す爲めには二つの物が必要であるのであります、少し學問的の言葉になりますが一つは、詰り此の機械の役目をする細胞――殊に細胞の中に含まれて居る蛋白質性の物卽ち機械の役をする蛋

い、白質、それから今一つは細胞を働かすもの即ち脂肪や含水炭素(澱粉質)であるとかいふやうな物この二つが必要であります、であるから人間の體を完全に保つて仕事をさすには其原であるところの細胞が充分に發達しなければならぬ、具體的に言へば筋肉なら筋肉、又は肺とか心臟とか肝臟とかさういふ風な蛋白質性の——言葉を換へて言へば細胞性の物が充分に發達しなければならぬ、それと同時に假りに肺であるとか筋肉であるとか或は肝臟であるとかいふやうな細胞性の物は能く發達して居つたとしても之に御飯を食べて澱粉質や脂肪質の物を持つて行かなければ又決して細胞の作用が出來ないのであります。

それであるから吾々の體を完全にやつて行かうといふのにはどうしても一方では細胞性の物を發達させ又一方では細胞性の物を働かすに足るやうな原動力になる物——脂肪なり含水炭素なりを充分に與へなければいかない、かう云ふ關係から吾々は自分の體の内に、所謂機械に相當するところの筋肉であるとか或は肝臟であるとか或は肺であるとかいふやうな細胞性の物の外に吾々は石炭或は石油に相當する物を體の中に貯藏しなければならぬ、それは何であるとか云ふとそれは脂肪である、そこで能く澱粉質といふことがお話に出ますけれども、澱粉質は食べて仕舞へば大部分は直ぐになくなつて仕舞ふ、恰度江戸兒の金のやうに宵越しの金は持たぬといふやうなことで澱粉質は直ぐに體の中でなくなつて仕舞ふ江戸兒の金とは少し違ふかも知れませぬがとにかく大部分は體の中に殘らない、そこで脂肪だけが、今の貯藏された石炭の形となつて存在して居る。今云つた澱粉質は喰べて使つた殘りは丁度流通貨幣が貯金だとか株券だとか形を變へて蓄へられると同じく脂肪と云ふ形に變化してさうして人間の體の成分の中に貯へて置かれるのである、斯ういふ關係があるからして人間の體の中に前に述べた蛋白質即ち細胞性のものと今申した脂肪と此二つの物が

有つてそれで體が保たれて行くのであります。

それで人間の體が肥えるといふことは此の二つの中何れかゞ增すといふことになる、卽ち角力取りのやうに筋肉が非常に發達して行く者もあれば又脂肪が澤山殖えて居る爲めに肥えて居るといふ方もある斯う云ふ風に蛋白質性の筋肉が殖えて體が肥えるのと又一方では石炭のやうな物に當る脂肪が增えて體が肥えるのと此二つがある、丁度之を汽車に譬へて見ると汽車の機關車の後には必ず石炭車が附く、其場合に石炭車は不用だと言つて去る譯には行かない機關車は云ふ迄もなく必要である、と言つて機關車ばかりで石炭車が無かつたならば仕事は出來ない、それは同じ事を繰返して言ふやうになりますが詰り機關車と石炭車とは車の兩輪のやうな物で必ずなければならぬ此の二つが非常に必要な物である、そこで人間の體にも筋肉のやうな物と脂肪のやうな物と二つながら必要な條件となつて來るのであります、然らば吾々の體にはかく二つの物があるとして、扠て肥やす爲めには何方を主にしたならば宜しいかといふことになる、少し專門的に亙るかも知れませぬが、若しも筋肉性の物を食べて、食べた其物が直に筋肉性の物として殘つて行くならば肉類杯を澤山食べれば都合が好い、機關車の跡に石炭車ばかり澤山連結しても、機關車が動けなくなる丈で仕事は出來ない、汽車を充分に走らせるためには寧ろ石炭車は必要だけに止めて置いて、機關車の牽引力を增すなり又は速力を增すなり所謂機關車の改善を謀るのが最も良いといふことになる、ところが人が澱粉質や脂肪性の物を澤山食べると云ふことは石炭を澤山積み込むことになる、從つてこの身體の改善卽ち細胞性の器官を充分に發達さす爲めには蛋白質を餘計喰べて細胞性の物を增すといふことが一寸考ふれば一番好い途の樣に思はれるのであります。

斯う云ふ事からして昔から能くさう言はれたものである、貴方は大變瘠せて居る、滋養物を攝らないからだ、滋養物は一番必要である、それならどうい

ふ物を食べるかといふと肉を食べると最も良いとか或は魚を食べるとか、滋養物と言へば即ち蛋白質といふことを直ぐに考へることになつて居る、固より肉や魚の中には多くの成分もあるが主なる目的は蛋白質であつたのであります、これは今言ふた通り蛋白質を食べれば即ち蛋白性の物が増すといふやうに工合好く出來て居るならば尤な話であります、ところが不幸にしてさうは行かない、行かないといふのは蛋白質といふ物は喰べれば喰べるだけ分解する、私の師事して居つた獨逸のフォン、ノールデン先生の如きも斯う云ふ事を言はれて居る、餘分に蛋白質を食べるのは不要なことだ、蛋白質は喰べると同時に燃ゆるのみならず恰度燐のやうな役目をして體の他の成分をも餘分に燃やすものだ、と言はれて居つた、それだから蛋白質ばかり餘り喰べると云ふことは目的に添はないといふ。これは總ての學者が承認して居るところである。

蛋白質性の物を澤山攝つても體の蛋白質を殖やすといふことが出來ないとすれば、どういふ方法を採つて蛋白質を増したら宜からうかといふと、之を増す爲めには脂肪なり含水炭素なりを一緒に食べることが必要である、斯う云ふことが學術上分つて居る、

かゝることを詳しく言ひますと、問題が横道に入りますから、先づ今述べたところを綜合して申上げますと、詰り人間の體は蛋白性の物、即ち細胞性の成分と、もう一つは動力の原とするため貯蓄するところの――貯蓄財産とも見るべき脂肪との二つになる、そして強ち蛋白質性の物を多く喰べても蛋白質は増さないで澱粉質や脂肪を喰べると却つて蛋白質が増す、斯う云ふことをお話して此前提の下に問題に入ります。

然らばどうすれば良いのであるか、人間が肥える爲めにはどうすれば宜いか斯ういふ問題になる、いま一つ何故脂肪等を喰べれば蛋白質が體の中に殘るのであるかといふ、――それは少し專門に入ります

から玆に述べますまい。
凡て此機械を動かす場合に動力が要る、それは前から大分お話申したことでありますが、絶えず動力が要る、其動力は機械の構造に依つて或は石炭を燃やして動力を拵へてもよし又石油を使つてもよし、或は又更に進んで電氣を使つても運轉することが出來る、御承知の如く其場合に一つの機械を運轉する際に考へなければならぬのは此機械を運轉さす爲めには是だけの力さへあれば動くと云ふことを知る必要がある、力と言つても引張る力ではなく物理學上の力――或一定量の勢力「エナージー」である。其力は今言うた通り水力であらうと電力であらうと石炭であらうと兎に角必要なだけの力を起す物さへ與へれば運轉することが出來る、丁度人間の體も、さう云ふ風で、働かす爲めに一つの力が要る、其力は蛋白質を持つて來やうと或は脂肪を持つて來やうと或は更に進んで「アルコール」を持つて來やうと構はない、一定の力さへあれば運轉する、詰りそれだけの物さへ貰へば吾々の體はやつて行ける、吾々が斯うやつて動いて居る、働いて居る、或はお話して居るといふことは一つの仕事をして居るので、細胞が働いて居るのである、さういふ風に働をして居るには資本が要る、動力が要る、斷えず脂肪なり澱粉なり或は蛋白質なりといふやうな物を燃やして居る、燃やして居るのであるから、どうしても減つた物を補つてやらなければならぬ、で食物を喰べるのも斯う云ふ關係であります、さうして餘つたら餘つた物は體の中に貯藏されるのである、今お話する通り蛋白質にしても一方細胞等の成分となると共に又一方では燃して動力の元となるのである、だから蛋白質であるとか脂肪であるとか含水炭素即ち澱粉であるとか、兎に角或動力を與へて動力の餘つた場合には之れが初めて貯藏されるのである。
そこで今申した通り吾々は肥えるためには貯藏を澤山拵へる、貯藏を澤山する爲めには澤山外から物を持つて來なければならぬ、澤山喰べて餘つた物が

ふ物を食べるかといふと肉を食べると最も良いとか或は魚を食べるとか、滋養物と言へば即ち蛋白質といふことを直ぐに考へることになつて居る、固より肉や魚の中には多くの成分もあるが主なる目的は蛋白質であつたのであります、これは今言ふた通り蛋白質を食べれば即ち蛋白性の物が増すといふやうに工合好く出來て居るならば尤な話でありますが、そこ ろが不幸にしてさうは行かない、行かないといふのは[illegible]物は喰べれば喰べるだけ分解する、[illegible]ン、ノールデン先生[illegible]に蛋白質[illegible]

[illegible]二圓宛殘つて行くに違ひない、丁度吾々人間の體も[illegible]それと同じやうになつて居る、即ち三圓に相當する食物を要する場合、五圓の食物を喰べて體内へ取り入れさへすれば體の中に二圓だけは殘つて行くこと

といふことが出來ないとすれば、どういふ方法を採つて蛋白質を増したら宜からうかといふと、之を増す爲めには脂肪なり含水炭素なりを一緒に食べることが必要である、斯う云ふことが學術上分つて[illegible]る。

かゝることを詳しく言ひますと、問題が横道に入りますから、先づ今述べたところを綜合して申上げますと、詰り人間の體は蛋白性の物、即ち細胞性の成分と、もう一つは動力の原とするため貯蓄するところの——貯蓄財産とも見るべき脂肪との二つになる、そして強ち蛋白質性の物を多く喰べても蛋白質[illegible]増さないで澱粉質や脂肪を喰べると却つて蛋白質[illegible]ことをお話して此前提の下に問題[illegible]

[illegible]ふことが[illegible]ち消化である、[illegible]を自分の體に適當な物に變化[illegible]

[illegible]
圓なり二圓なりは其儘消化し[illegible]
仕舞ふかも知れない、のみならず[illegible]
を與へるといふことは榮養物の量が多くて――丁度
餘り入るお金が多いと巾著が彈けて仕舞ふか、兩替が
仕切れないやうに――胃袋が堪えられなくなる、消
化の機能が堪えられなくなる、だから餘計は貰はれ
ないと云ふ事が起つて來ます、從ふて此處で考へる
ことが必要である　即ち私の演題の運動と肥胖とい
ふのがそこで起る。

それで昔の説、一般誤解されて居る――説である
と先程お話した通り瘠せて居る人を肥すにはウント
喰べてウント働けば良いと云ふ、ところが毎日[illegible]
にばかり這入つて居つても二圓なり三圓なりの費用
は要ると同やうに何にもしないで斯う云ふ所に來て
お話をしないでじつとして居つても生きて居る爲め
には同やうに三圓なり五圓なり使つて居る、それで

[illegible]の物を[illegible]
る、さうすると生活[illegible]
それだけの力が要る、若し[illegible]
つたりなどすれば非常に力が要る。
して居る人が[illegible]五圓[illegible]
に要ること[illegible]
は3+5=8八だけの
らぬ、であるから運動させて消し
瘠やうとする即ち肥やさうとするには[illegible]
常に多量の食物を持つて行かなければな[illegible]
言ふた通り三圓の生活費用の要る人に[illegible]
貯蓄をさせようとすれば五圓の收入があれば良[illegible]
ところが其人が運動して、贅澤をして八圓使ふ場合
に二圓貯蓄しやうとすればどうしても十圓の金が無

始めて貯藏が出來る、で含水炭素卽ち澱粉質だとか脂肪だとかは餘分は凡て貯藏されて脂肪となるが蛋白質丈は前に申上げた通り餘計に喰べた丈では體に殘らない一旦體内へはいつても皆出て仕舞ひます、只運動をし、體の諸器官を働かせた場合にのみ體の内に殘るのであります、手を働かせば手が太くなり足を使へば足が強くなるのはこの譯であります、だから健康な體にあつては澤山喰べて、ウンと働ければ肥えると云ふ事になつて來るのであります、が事實はさう單簡にはゆきませぬから、玆に問題が起つて來ます。

詰り或一人の人があつて其人が身代を殖やすにはどうしたら宜いかといふと、其人の生活費が一日三圓要ると假定して其三圓要る人が五圓の金を得れば二圓宛殘つて行くに違ひない、丁度吾々人間の體もそれと同じやうになつて居る、卽ち三圓に相當する食物を要する場合、五圓の食物を喰べて體内へ取り入れさへすれば體の中に二圓だけは殘つて行くことになる、殘るといふのはそれだけ體が肥えて來るといふことになる、ところがお金はそれが出來ますが人間の體はさうは行かない、毎日三圓使つて居るから五圓だけ遣らうではないかと言つたところで、それはさううまくは行かない、私なら私がお金を貯蓄しやうとすれば紙幣であらうと銀貨であらうと何であらうと五圓戴いて三圓使へばあと二圓は殘る、ところが人間の體はさうは行かない、食物として取つたものゝ内には銅貨もある銀貨もある紙幣もあるといふやうな風であるが人間の體には銀貨でなければ御免を蒙るとか又或る體は銅貨でなければいけぬとか紙幣でなければ御免を蒙るといふやうな事があるから、先以てそれ〴〵の人間の體の中に取入れられるやうな形に兩替をする必要がある、縱令紙幣であれ銀貨であれ御免を蒙らない形に變化してやるといふことが必要である、この變化するといふことは卽ち消化である、かくの如く吾々は外から貰つた食物を自分の體に適當な物に變化して消化してさうして

始めて體の中に入れるのですから縱令五圓の物を頂戴しても五圓其儘戴けないかも知れませぬ、其中三圓なり二圓なりは其儘消化しないで外に放り出して仕舞ふかも知れない、のみならずさう澤山に榮養物を與へるといふことは榮養物の量が多くて――丁度餘り入るお金が多いと巾著が彈けて仕舞か、兩替が仕切れないやうに――胃袋が堪えられなくなる、消化の機能が堪えられなくなる、だから餘計は貰はれないと云ふ事が起つて來ます、從ふて此處で考へることが必要である　卽ち私の演題の運動と肥胖といふのがそこで起る。

それで昔の說、一般誤解されて居る――說であると先程お話した通り瘠せて居る人を肥すにはウント喰べてウント働けば良いと云ふ、ところが毎日炬燵にばかり這入つて居つても二圓なり三圓なりの費用は要ると同やうに何にもしないで斯う云ふ所に來てお話をしないでじつとして居つても生きて居る爲めには同やうに三圓なり五圓なり使つて居る、それで三圓なり五圓なり使つて居る場合に更に其の人間が働いたとか又は運動したとすれば、筋肉を使ふのみならず私の體が十四貫目あるとすれば其十四貫目の物を彼方此方に持ち運ぶといふことになる十四貫目の物を持つて步行といふことはなか〳〵一仕事である、さうすると生活して居る外に運動すれば更に又それだけの力が要る、若しも山なり坂なりを驅け登つたりなどすれば非常に力が要る、平素三圓で生活して居る人が仕事をする爲に五圓なり七圓なり餘計に要ることになる、さうすると初めに三であつた人は3＋5＝8八だけの「エナージ」を使はなければならぬ、であるから運動させて從いて更に體に貯蓄を拵やうとする卽ち肥やさうとするにはどうしても非常に多量の食物を持つて行かなければならぬ、先に言ふた通り三圓の生活費用の要る人に向つて二圓の貯蓄をさせようとすれば五圓の收入があれば良い、ところが其人が運動して、贅澤をして八圓使ふ場合に二圓貯蓄しやうとすればどうしても十圓の金が無

ければならぬ、それに反して三圓毎日使つて居つた費用を一圓に節したならば少しも收入を殖やさないでも二圓宛殘つて行ける。

詰り人間の體はそれである、若しも肥える必要があるならば寧ろ緩さして遊ばして置けば肥える、それに就て尙ほ問題の起るのは、さういふ風に動かないで居たならば食慾が減ると云ふ事である、事實或程度まで減る、事實減るけれども其下つた食慾は運動を始めさへすれば又起る、之に反して若もどんどん運動して居れば、三圓なら三圓の生活費であつたものが急に五圓も八圓も使ふ事になる、此場合に無理に二圓宛貯藏しやうとすれば、七圓なり十圓なり取れば宜いのであるが今私のお話して居るやうな肥える必要があるといふ人は決して健康ではない、さういふ人に一番必要なる物は何であるかといふと胃袋を丈夫にして置くといふことが一番必要である、さう云ふ人に多量の食物を強いた場合には忽ち胃が惡くなつて仕舞ふ、だから事實七圓なり十圓なりを取り入れる事が出來ないで到底完全なことは出來ない、斯う云ふ風な抽象的な言葉では甚だ解り惡いが一番近い例を持つてお話すれば腺病質の子供である、

此腺病質には二色ある、肥えるのと瘠せるのとがある、腺病質の人は兎角神經過敏である、神經過敏であるといふのは詰り神經が絕えず仕事をする事になる、仕事をすれば神經であつても勢力を費やす神經質の人は肥えることが出來ないといふのは神經が無暗に働いて絕えず「エナージー」を使ふと云ふ事も確に一原因で、呑氣な人が肥えるのは是は詰り餘り神經を使はないから「エナージー」を使はぬ事も關係がある、先づ一番近い例はおさんどんには左程御馳走を喰させない、ところが働いて居るに關はらず存外能く肥える之に反して女の書生なんかはそんなに働かない運動は相當にやるが――寧ろ女中より美味しい物を喰て居てもなかなか肥えない、斯ういふ例は誰にもある、そこで腺病質の子供に就いて更に具體的に申しますと一寸どうかすると熱が出る

どうかすると直ぐ風を引く僅かなことに感動して直に泣出すといふやうな子供乃至十三四歳になる少年があるとする、さういふ子供を肥やすにはどうするか、一般には左樣云ふ場合に海岸へでも遣つて能く運動させて澤山御飯を喰べさす、事實海岸へでもやれば食慾も進むのである、ところが海岸へ行つて能く運動をし御飯を澤山喰べるに係らず存外肥えないのみならず親の手を放してやつて置いた爲めに却て腸胃を惡くして下痢をしたりすることが度々ある、是などは運動による「エナージー」の消費と食物の取入れとその小供の消化力とが平均を得ないからさういふことになるのであつて詰り前に述べた強いて七圓なり十圓なりを取り入れた時と同じである、さういふ關係があるから、それを考へて見れば瘠せてる人は澤山食物を攝つて運動して居るよりは食物を例へ少く攝つても運動をしなければ却て肥え得られると云ふ事になつて來る。

けれども今お話した運動をしないで體が肥えるといふのは脂肪が增したのである、筋肉やその他の細胞性のものが肥えたのではない、云はゞ石炭車に石炭を積込むだのであつて機關車が改善されたのではない。それではさう云ふ場合に如何したらよいかと云ふに、機關車即ち細胞性のものゝ力を增し體の蛋白質を增す爲めには如何してもこれを使はねばならぬ、茲に於て又運動と云ふことが必要になつて來ます、具體的に言ふと此處に瘦せた子供がある、斷つて置きますのは其子供は呼吸器とか何か惡い、そうして動もすれば熱が出るといふ樣な者である、此場合に先以つて癒すといふ事が必要である、熱が出るといふのは既に「エナージー」を消費するのである、絕えず精力を取つてそれが燃えて熱になる、であるからそれは癒す必要がある、其場合にはさういふ子供を運動させたら益々熱が出る、健康な人間でも運動すれば熱が出る、況や病氣の人が運動すれば益々熱が出る益々いけない、さういふ風に瘠せて居るやうな子供は醫者の方に言はせると海岸に送れと云ふの

であるから海岸に置くといふことも宜しい、さうして海岸に送つて絶對的に痩さす、此痩さすといふことの爲めには二つの利益がある、それは一つには繰返してお話しすると痩さした爲めに運動しないから「エナージー」が減ることが少ない、だから、同じ食物を與へても成分が殖える、即ち肥え得る樣になる、いま一つは運動をしない爲めに熱が出ない、熱が出ないからその方でも消費が少く且つ體が丈夫になる、一方では丈夫になつて消費が少いから二重に良い動機が働いて來るからどん／＼肥えて來る、が普通五六百目から一貫目位殖やすのは何でもない、斯ういふ風に痩さして置けば必ず肥える、之を我々の方で冗談から豚療法と稱して居る、じつとして置いて喰べさせる、是は吾々が行るのみではない既に農家などでは澤山行つて居る、例へば豚を屠る前に肥やすとか或は鷄を殺さうとする前に無理に口に食物を押込んで足を縛つてじつとさして置く、さういふ風にすれば人間も或程度までは確に肥える、同樣にしてもと五貫目ならば五貫目といふ體量があつた所に五百目なり一貫目といふ體量が出來て來ることになる、さてかく增量した上で熱の出ない限りに徐々に運動を始めて來るのであります、左樣すれば前にも繰返し述べました通り運動を致しますために餘分の勢力が要る、けれどもこの場合には運動のために餘分に要る勢力だけ補ふて行けば最初に增した體重だけ每に減らないで殘つて行くと云ふことになります、そうして只餘分の入用を補ふだけならば弱い胃の腑に對しても左程困難ではなく、都合よく行けば體重も更に多少共增して行くと云ふことになります、同樣にして體の成分脂肪の方も筋肉性の方も兩方共肥やす事が出來ます、どん／＼使つてさうしてどん／＼喰べて肥えて行くといふことは結構であるが、これは痩せて居る人には實行が困難であります先以て始めに痩さして置いて運動を制限する事が必要になつて來ます。

要するに運動を制限するといふのは詰り儉約をす

るので、一日三圓の收入を一圓丈使つて濟ませて二圓宛即ち一月には六十圓の貯金を拵へるそうして一旦若干の貯金が出來た上では例へ收入全部丈を費ふても尙最初の貯金丈は殘ると云ふ勘定になつて來るのであります。

それであるから運動といふものは元より非常に善いことではあるが、運動は精分を消費するものであるといふことを能く眼中に置いてしなければならぬそうして今陳べたやうな方法をすれば人間何時でも肥えられるのであります。

甚だ解らぬことを申上げました、四十分位といふことでありますから此位で終りに致します。

（完）

叢談

轉地療養

醫學博士　澤田敬義

本篇は新潟支會より第六回通俗學術講演會に於ける講演筆記なりとて寄稿されたるものに係る。

今日第六回通俗學術講演會に於て、一場のお話をする機會を與へられたる事は、私の最も光榮とする所でありますが、私のお話し致します事は轉地療養と云ふ事でありまして、極めて通俗な事柄で、斷新な學問を紹介するのでもなく、又國家社會の消長に關する公衆衞生でもなく、唯個人衞生の內の一小部分に過ぎないのでありますから、餘り大切ではないかも知れませんが、然し吾々實地醫家は、日々幾

十人の患者の御相談に與かる事でありますから、これは内科醫者にとつては、極めて必要な事であります、殊に私の經驗によりますると、方法を誤れる爲に、益を得んとして却て害を受けて居る人が往々ありますから、轉地療養に就いてお話しを致すのも、あながち無益では無からうかと考へまして、此問題を持ち出した次第であります。

扨て諸君が若し不幸にして病にかゝり、醫者を訪ひ診察を受けて後、醫者にお尋ねになる事は何かと云はゞ、第一に何病であるか、次に豫斷ち、次は湯治はどうであらうかといふ事であります、又吾々が病人に色々の治療法をお奬めする時に、大抵な事は直ぐ承諾しませんで、家人と相談して見てなど申されますが、湯治をお奬めすると、大に我が意を得たりといふ様に直ぐ理解されます。何故に斯く湯治を好み、又能く理解さるゝかといふに、之には深い仔細があるのであります、で湯治といふ事を醫學上に研究して、治療法に用ゐ出したのは徳川時代の中頃で、後藤艮山と云ふ人が始めて但馬の城崎の新湯で研究し、其後香川修庵氏が其後を受けて研究して、其結果何う云ふ病氣にどの湯が良いと云ふ方針を定めました、然し是れは學問上から研究し出した始めで、湯治を病人に用ゐ始めたのはずつと太古神世七代からである、かの殖産及び養生の事に心を盡されました大穴牟遲命及び小名毘古那命（我國醫藥の鼻祖）の時代から行はれてあつたのである、それ故倭民族は遺傳的に既に湯治と云ふ事を理解し、支那人は日本には藥が無い爲に、水や湯に入り病氣を癒さんとするのであると笑つたさうで、かく古い歷史があるから日本人は湯治を好むのである。

さて是に反して轉地療養と云ふ言葉は餘り古くはありません、これは西洋醫學が日本に來てから出來た言葉なので、患者には其意義が充分に了解されない事がまゝあります、然らば昔は轉地療養と云ふ事が行はれなかつたかと云ふと、さうでなからうと思ふ、例へば淨瑠璃にある「いざり勝五郎」のお話、こ

れは飯沼勝五郎と云ふ人が、腰が抜けて仇を討つ事が出來ず、初花に車を曳かせて箱根に登り、此處で神に祈願をこめ、其功德によつて足が立つ様になつたと云ふ話しであるが、思ふに勝五郎は脚氣に罹つて居たのであらう。脚氣患者が箱根へ轉地してなほつたとて餘り不思議はない、必ずしも神様の功德をまたずとも、いくらも實例のある事である。然し私は勝五郎を診察した譯でないからあてにはならぬ。又此の話が事實であるや否やも分らぬが、此いざり勝五郎の話は天明の頃(西暦一七八一年頃)の話で、それよりずうつと前元祿時代(西暦一六八八年頃)に、江戸に今の脚氣と同じやうな病氣が流行した事がある。此れを「江戸煩」と云つて、箱根の山を越えると自ら治る不思議な病氣であると思はれて居たさう云ふ事から或は識者が箱根に神を祀り、神の御利益と稱して轉地療養を行はせたものではなからうかと思ふのである。昔は醫學上の事と、信仰とは相伴ふて居て、布教の方便として治療を用ゐる事は、東西共に同じである。元來疾病は人間業で起るものではなく、人間を超越した勢力、即ち神の力で起るものであるから、之れを治すにも神の力に依らなければならないと云ふ思想があつた。故に昔は疾病に多く宗教家が從事して居たので、吾國でも佛教の盛んな頃は、僧侶が治療に從事して居た。温泉場なども僧侶が是を推稱し始めた所が澤山ある。温泉のある所には藥師如來、瀧のある所には不動明王を祀ると云ふ様に療病に適する所には神様を安置して、信仰を以て人を誘ひ、轉地療養をさせやうとしたのであらうと思ふ。療病の目的で轉地療養を勸めた所で今でさへ了解されぬのであるから、まして昔は了解されやう筈はない。かくの如く昔も轉地療養は、實際にも行はれて居つたものであらうと推測されるのである。此の如きは獨り療病のみならず他にも例がある。即ち家相と云ふ事は只迷信の様に思ふて居る人もあるが、今日から云ふと、其内の多くは衛生的設備で、即ち採光、空氣の流通と云ふ事を考へて立

案したものである、然し家はかう建てるのが衛生的であるなど云つても行はれないから、人の解し易い信仰上に結び付けて、此を實行せしめたものである。

而して轉地療養の起りは、西洋でも始め簡單なる經驗上の事から起つたもので、例へば高山には肺病が少ないから高山は肺病を治療せしむる效がある、故に肺病患者は高山に行くがよいと云ふ様な工合にして起つたのであつて、是れを醫學上の見地からして、いかなる所へ行く可きかと云ふ事は、ずつと後に研究され、又今尚研究されつゝある事柄であるから、それで私は今日轉地療養の根據をお話して見たいと思ふ。

扨て轉地療養とは土地をかへる事で、即ち自分の住みなれた土地を去つて、他の土地に滯在すると云ふ事である、其結果如何なる影響があるかと云ふと土地が變れば、

第一　氣　候。

第二　地質、家屋、飲食物。

等が變る、これは吾々の生理的作用の上に大なる影響を與ふるものであります。

第三　己れの家庭を離れ又己れの職業に離れる。

第四　周圍の景色が變る。

是等は主に精神上に影響を及ぼすのである、以上の事項に付いて少しく詳論する時は、

氣　候。

御承知の通り、氣候とは空氣中の現象であつて、通常氣溫、氣濕、氣壓、空氣の動搖即ち風、降雨、日照、それに醫學上での空中電氣、「ラヂウム」の放射、又空中の塵埃、有毒瓦斯の有無などが顧慮されます。

氣　溫。

氣溫は吾人の身體に如何なる影響を及ぼすかと云ふに吾々は氣溫の高い時には暑く感じ、暑い時には倦怠を覺え、仕事が嫌になる。それ許りでなく、精

神上の働も鈍り、注意力が減じ、眠くなると云ふ事は皆さんも御承知の事と思ひます。暑さが長く續けば食慾は減退し、殊に魚類、肉類が嫌になる、尚高度の暑さは、人の生命に危險をも及ぼすものであつて、新聞に夏日小學校の生徒が、停車場等へ出迎へに行つて日射病の爲に倒れたとか、行軍中兵士が熱中病で倒れたとか云ふ事が見えますが、かの日射病は炎天にさらされて居る時に起り、熱中病は暑い時に勞働する爲に起るもので、(陸軍では之れ等を脳病といひます)、始めは頭痛、眩暈がして、遂には人事不省となり斃れるのであります、甚だしい時は其儘死亡する事もあります。扨て此の如き現象は何故に起るかと云へば、吾々の攝つた食物は身體の中で燃えて熱を生ずる、それが絶えず體外へ放散されます、即ち冷たい空氣を吸ひ込み、暖かい息を吐き、又大小便をする時放散されますが最も多く放散さるる所は皮膚である、皮膚から直接に空中に、又は間接に衣類の様な身體に觸れるものから空氣中に放散されるのである、これを補ふ爲に吾々は食物を攝るのであります、此熱の發生と熱の放散とが、うまく釣合が取れて居る間は氣分も良く健康であるけれども、氣温が高くなると身體から熱が出難くなり、熱が體内に滯る、そこで汗と共に是れを體外に出さんとして盛んに發汗するのである、是れ即ち暑さに對する調和策であります、而して若し暑さが尚強くなる時は皮膚の調節策のみでは事足らず、體内に熱の停滯を來すが故に、體内に於て熱の發生を制限せんとし、從つて熱を多く生ずる蛋白質、即ち肉類、魚類を好まないで、却てお茶漬に梅干の如きさつぱりした、餘り滋養にならぬものを好む様になります、此の如き暑さの高度の時に際して勞働すれば熱中病となる、熱中病とは勞働によりて熱が盛んに發生し而して暑さの爲に熱の放散が不充分になる時に體内に熱が堆積して起るものであります。

次に氣温が降ると吾々は寒く感じます、寒い時には暑い時と反對に、ちつとして居られないで仕事が

爲たくなる、故に秋などには運動會や野球など運動が盛んに行はれるのである、又日常の仕事がやり易く餘分に出來、食慾も増進し、體も肥ります、然し之れも寒さの程度による事で、寒さのはげしき時には身體がふるへ、仕事も出來なくなる、その際適當の防寒法を講じなければ遂に健康を害し、甚しき時は凍死の危險に陷る、扨て氣温の低き時には體温を餘計に奪はるゝから、之を防がんが爲めに皮膚は收縮する、其の結果鳥肌になり、皮膚の血管は收縮して青くなるのである、又一方には體内に熱を多く發生して體温の損失を補はんとし、爲めに運動を好み食慾は増進する、斯くして調節策を講じますが、寒さ烈しくして自衞策丈では尙補ふ能はざる時に、人工的防寒法を加へなければ遂に病氣となるのである。此の如く暑さ寒さは吾々に直接に影響を與へます。

氣濕。

此の空氣の濕ひ加減も人體に影響のあるもので、寒暑共に濕氣の有無は其感じを異らしめる、暑い時濕氣が多ければ汗が充分に蒸發しない爲め、熱が體内に滯積して苦しく感じます、熱中病などは暑くて濕氣の多い時に起るものである、濕氣が少いと汗の蒸發が盛んなために暑くても氣分がよい、寒い時に濕氣が多いと寒さがやわらかく、濕氣が少ないと寒さは強く痛い樣に感じ耐へ難い。尤も暑さ寒さに耐へる耐へないは人により異なるもので、肥滿した人は暑さに耐へ難く、痩せた人、貧血の人は寒さに耐へ難い。又乳兒は寒さにも暑さにも殊に反應が強い濕氣の有無は呼吸器に著しき影響が有りまして、空氣が乾くと咽喉を害する事多く、新潟測候所の泉と云ふ方は、前任地前橋では空氣が乾燥して居る爲め咽喉をいためたが、新潟は濕氣が多いため咽喉病がなほつたと、氣候雜誌に書いて居りますが、そう云ふ樣な話しは、東京から新潟へ轉任した方からよく聞く事であります。然かし濕氣が多過ぎても亦良くない、私は鼻が惡くて鼻汁が出るが、東京へ行くさ

少なくなる。鼻汁や喀痰の出る人は空氣の乾いた所が良く、空咳の出る様な人は濕氣の多い所がよい。

上述の如く單に氣溫氣濕の高低のみでも既に吾々の生理作用に關係がありますが、此氣溫は又日に依つても變り、又一日の内でも變化するものである、此の日々の變化は吾人に大なる影響を與へます。嘗て私が高等女學校の校醫をして居りました時、寄宿舎に行きますと、所謂風を引いたと云ふ病人が澤山ある日と、又感冒患者の一人もない日とあるので、同じ年頃の者で、同じ場所に居り、同じ物を喰べ、同じ境遇にありながら日に依て多數の人が感冒に罹ると云ふ事は興味ある事と思ひ、一ケ年間感冒患者の多數出た日を調べて、測候所へ持つて行き、種々と調べて見ました所、患者の多い日は、丁度新潟の十年間の平均氣溫よりは著しく低溫の日に相當し、平均溫度に近い氣溫の日には、一人も患者がないと云ふ事を見出しました。これは明治三十九年に調査しましたので、其材料は四十年の大火の時に燒失しましたから、本日御覽に供する事の出來ないのは遺憾であります。

此處に新潟の本年五月、六月の氣溫の經過と、平均氣溫との比較表がありますが（表略）、丁度五月十日、六月三日頃の様に、急に氣溫の低下した日に感冒患者が多數出たのであります。

卽ち吾々の身體は寒くとも、慣れた氣溫には堪へ得るが、急に變化が來ると、人に依り是れに堪へ切れず病氣を惹起すといふ關係があります。而して寒いにつけ著いにつけ、外界の氣候の變動の爲に、直接身體に害を及ぼさしめぬ樣につとむるものは皮膚でありますから、皮膚は吾々の身體に非常に大切なものでありまして、恰も戰場に於て大砲の彈を防ぐ鋼鐵板の如きものであるからして、面の皮の厚い人を鐵面皮と云ふのも尤の事と思ふ。

空氣の動搖卽ち風

これが又氣候上に重大なる關係があつて、土地により全く風のない所もあり、又規則正しく大小の風

のある所もある。而して風は土地を乾し、又皮膚を乾燥せしむる働があり、且體溫を奪ふ事急なるもので氣溫攝氏二十度で風が吹いて居る時と、攝氏零度にて風のない時とは、體溫の奪はるゝ分量が同じであるといふ、この際皮膚は熱を奪はれまいとして極力防禦に力め、身體内にては熱の發生が盛になり、從つて新陳代謝旺盛となるものである。これ外敵に對する身體自然の防禦である、故に風にあたる事は身體抵抗力増進の練習となるが、然し寒い時に身體不相應な強い風が長く續けば、之れに堪へ切れずして體溫を奪はれ健康を害するに至る、故に常に風に對する皮膚の防禦力を養成して置くことが必要である。尙風は強さのみならず其方向が意味あるものであつて、一般から云へば南風は暖かく、北風は寒く感じます、殊に此新潟には此のダヽシの風と云ふものがあります、これは西洋にもあつて「フェーン」と云ふ風に相當しますが、之は東南の風でありまして、此風の吹く時には空氣があつくつて乾燥し、從つて大火事が起り易い、故に消防手が警戒致します、吾人の氣分が不愉快不安で、頭痛、眩暈がして睡眠が惡くなり、口渇、食慾不進等起り、又身體上及び精神上の動作が遲鈍となり、書を讀むのも嫌になると云ふ事は、皆さんも新潟では經驗のある事と思ひます。人間のみならず動物も此風の影響を受けて蜜蜂等が刺し易くなり、牛馬其他溫順なる羊さへも喧嘩好となります。此ダヽシの風と云ふのは、高所より降つて來る風であつて、新潟では關東平野からの風が中央山脈に衝突して、再び新潟地方に吹き卸す風であります。眞の「フェーン」と云ふ程のダヽシの風は、一年に二三回位のものでありますが、小なるものは度々あります。其の外風は塵を捲き上るもので、市中等では塵の中は黴菌を含むから、健康上大なる關係があるものです。

氣壓。

これも氣象上には重大なる關係があります、氣壓の變化により晴天となり、雨となり暴風雨となりま

す。先日も低氣壓の爲めに日本中に大暴風雨が起つて、亂暴狼藉を極めました。此氣壓によつて天候の變動を起す事が又吾人の身體に大なる影響を及ぼすので、古疵が痛み出したり、僂麻質斯や神經痛が起つたり、又脊髓病が增惡したり致します。そして氣壓の變動の起る一兩日前から是等の徵候が現はれます、それ故に是等の病氣を持つて居る人は、よく天氣豫報の如く天氣の變動を豫測致します、古疵が痛むから又天氣が變ると云ふこと、案の如く變る。そして雨がふり出すと痛みは止むと云ふ樣な人があるものです、私は嘗て日によつて喀血患者が、かたまつて澤山ある樣に思はれたので、何か氣壓に關係するのではないかと思ひ、一年間の喀血患者のあつた日を調べて、測候所に持つて行きましたが、是れは何の得る所もなく、徒勞に歸しました。

日照。

これは吾人の生活に最も大切なるもので、植物の如きは日光に當りて始めてよく成長し、木の葉の綠は日光がなければ出來ない、枝は日光の照る方向に伸びる、獨り植物のみならず人體にも大切で、身體の發育を助けるものである、小兒は日光の少い月には發育不良であり、大人にても爪や毛髮の伸び方が日光の多寡に關係する。

之に反し同じ植物ではあるが、黴菌には日光は讐であつて日光は之れを死滅せしむる、黴菌の中には人體に無害なるものもあるが、又大害をなすものもある。卽ち黴菌の爲めに種々の病氣が起り、あつたら有爲の人物を失ふ事屢々で、此の人生の敵を日光は撲滅してくれるのであるから、實に日光の恩惠は大なるものであります。此の黴菌を殺す働は日光の中の紫外線の作用によるものであるが、近來この紫外線卽ち化學線の働きが非常に研究されて、種々の效ある事が發見されて、人體に有益なる日光の働きは之の紫外線の爲であると云ふ事が明らかとなり治療上にも應用さるゝ樣になりました。日光は太陽から放射されて地上に達する迄に、空氣中に吸收さ

れるもので殊に紫外線は大部分吸收されて、丁度適當の分量となつて地上に達するのである。其故に高山に登るか、又は輕氣球で高空に登るこ、日光が空氣に吸收さるゝ事が少ないから光力が強く働き、殊に其紫外線の働が強くなります、又日光の働は時間から云ふこ、午後より午前が強く、季節から云ふこ春夏の方が冬秋より強いものである。

扨て日光が身體にあたればどうなるかこ云ふに、日光にあたつた部分の皮膚が赤くなり、後には褐色に染まつて來る、人によつては炎症を起します殊に高山では光力が強いから、溫度は低いにも關らず皮膚のやける事が強いものである。此の日光をよく利用すれば治療上有效なるもので、例へば傷が化膿した場合に其の部を日光に晒すこ、殺菌力の爲め膿が減じ早くなほる、のみならず其の直り方が良好で、後に障碍を殘す事が少ないし、又關節の病氣、神經痛其他疼痛のある病氣は日光の作用によつて其の疼痛を減ずるなど、局處的に應用して種々の效力がある、故に今度の歐洲戰爭には盛に日光の利用が行はれてをると云ふ事であります。若し吾人の全身に日光が作用すれば、どうであるかこ云ふに、裸體になつて日光に當る時は、皮膚の血液循環がよくなり、體溫上昇し新陳代謝旺盛となり、呼吸器、循環器、腎臟、消化器の働を興奮せしめ、又血色素を增すために血色がよくなるから、日光にあたつた後は神氣爽快こなり、空腹を覺え、睡氣を催します。又日光は精神上にも影響を及すもので、晴天の日は爽快なるに反し、曇天雨霧の長く續く時は、不愉快で沈鬱で仕事がいやになり、食慾は進まず、よく眠れず、氣分勝れず、血色も蒼白こなります、從つて晴天で日照の多い事は身體上にも、精神上にも利益の大なるものであるから、日光の多く入る處は健康な住居と云ひ、入らぬ住居は不健康で、即ち病氣が起り易い住居こ云はねばならぬ。諺にも「日光の入らぬ家へ醫者が入る」こ云ひます。殊に病人は日光の多い所を選ばねばならぬし、又病室は明く且日

光の入る事が必要である、此の點に於て、我が新潟の冬は殘念ながら不健康であります(第九表參照)。斯く日光は有益なる働のあるものであるから、西洋では既に希臘時代から日光浴が行はれました。其後一時廢れましたが、十八世紀に至り再び空氣浴、日光浴が推奬さるゝ様になりました。我國でも海水浴場に行つて見ますと、裸體で日光に照され運動して居る人もあり、又砂の中に日光にあたつて眠つて居る人も見受けます。此は空氣浴又は日光浴のつもりであらうと思はれますが、然し之れらも用ひ方があつて、日光、空氣にあたれば何人にも必ずよい結果を來す譯ではありません。時には害となる事もある、例へばこの新潟では土用中の丑の日に海に入ると、一年中病氣に罹らぬと云ふて、丑の日になると、嘗て一度も海に入つた事のない人が、急に長時間海に入り病氣を起す人が屢〻あります。いかなる良藥でも多量に過ると毒となり、少量なれば無效であり、丁度其の人相應の分量に用て始めて藥效のある如く海水浴も自分の身體相應になさねばならぬ。世間には往々「あの醫者は問ひ藥をするからいかん」と批難する人があります。問藥とは藥を與へて病氣を試して見ると云ふ事でありますが、之れは時として實際必要な事でありまして、殊に海水浴、日光浴、空氣浴の可否は其の人の身體に問ふて見ねば分りません試みて其の反應の如何によつて、始めて適不適を定めねばならぬものである。

空氣の不純。

空氣中には種々の原因により、塵芥其の他の不潔物を混ずることがある。即ち都會の空氣には塵芥多く殊に黴菌を含むものが多く、田野、高山、海濱には塵芥が少いものであります。其の他工場のある處には塵芥煤煙多く、又瓦斯を放出する事もある。例へば硫酸會社の附近に行けば直ちに咽喉に不快の感を覺え、咳の連發する事は諸君の屢〻御經驗の事と思ふ。之れ等の不潔物は健康上に影響を及ぼすものであるが、煤煙の如き黴菌を含まざるものと、塵芥

の如きものとは自ら影響の程度も異なるものである。

氣候の差異。

以上氣候の人體に及ぼす影響の大略を述べましたが、さて此の氣候は世界中同一ではありません。土地によりて異り、又時と共に變り、又種々の關係によりて變動するものである。之れ等の現象は何によりて起るかと云ひますと。

第一、土地と太陽との距離によるものである、即ち太陽に最も近い所は赤道附近でありまして、日本で云へば臺灣より南方に當る所で、此處では氣溫が非常に高く(平均攝氏二十度乃至三十度)一年中の溫度の差が少いから、春夏秋冬を別ける事は出來ませんが、然し降雨期と乾燥期との二期を分ちます。即ち乾燥期には定期風が吹き、その風が止むと降雨期となりまして氣溫も低く、山川草木清潔となるので健康の時期であります。かゝる氣候を熱帶氣候と申します。此の熱帶地方に於ては人類の死亡率が多く、傳染病の流行が多く、又地方病、殊に惡性「マラリヤ」等が蔓延してをります。新潟にも惡性「マラリヤ」といふ病名が流行しますが、眞の惡性の「マラリヤ」はありません。

次に太陽から最も遠ざかる所は北極及び南極の地方である、北極は日本から云へばカラフトのずつと北に當り、此の地方に於ては太陽の光線が斜に來るから空氣中を通ること多く、從つて溫熱が途中の空氣に吸收せられ、土地を溫める力が少いから非常に寒い。これを寒帶氣候と申します。此處では夏と冬の別があつて、夏は晝計り、冬は夜計りであります。かゝる土地へ行けば、ゆつくり、朝寢が出來てよいだらうと思はれるが、そうでないそうでありまして、成程始めの間はよく眠れるが、段々と神經が過敏となり、遂には却て眠れなくなり、精神は沈鬱狀態となり、消化不良、貧血を起し、又新鮮の野菜果物の少ない爲め、壞血病を起すものです、然し傳染病は少ない。

この熱帶氣候と寒帶氣候との中間にある土地の氣候を、溫帶氣候と申しまして、これは人の健康を保つ上に最も佳良なる氣候であつて、春夏秋冬を區別し、春は花、夏は涼に、秋は月、冬は雪、皆詩的ならざるはない。我日本の本土は此溫帶氣候に屬し、此くの如き土地に生れたる吾人は、その幸福を喜ばねばなりません。かゝるよい氣候の所に於ては、全く人體に害を及ぼさないかと云ふに、さうではありません。季節によつて、種々の身體上及び精神上の障碍を起します。卽ち夏には傳染病、又は脚氣が多く、春秋の候には僂麻質斯が起り易いなど、季節によりて種々の病氣が起り、又自殺者犯罪者は季節によつて異り、自殺者は五月七月に多く、犯罪者は春と冬に多いと云ふ事である。それ故に人の死亡率も季節の影響をうくるものであつて(第二表)、此表(略)は獨逸のハンブルグで調べた死亡統計でありまして各年齡に就て、一年中にどの月に多く死ぬかといふ事を統計にしたものであります。(同年齡の生存者千人に付何月に何人死ぬかと云ふ割合)。この表を見て第一に氣の付く事は、一歲未滿の者は死亡が非常に多く、二歲乃至五歲となると稍ゝ減少し、五歲以上となると尙減少する。然るに五十歲乃至七十歲となると再び多くなり、七十歲以上となると急劇に增加いたします。

これによつて見ると、先づ人間の壽命は七十と見てよからう。次に一歲未滿のものは何月に多く死ぬかと云ふと、一月二月三月と多く、五月六月と減少し、七月八月九月と著しく增加し十月十一月と減少し、十二月に又少し多くなります。卽ち夏季に最も多く、春秋に最も少くなります。二歲乃至五歲となりますと、季節の影響を受ける事が極めて少く、五歲以上五十歲迄は全く季節の影響がない、七十歲以上となると、又季節の影響をうけて、夏期は少く冬期に多く死ぬ。卽ち小兒は夏期に最も多く死し、老人は冬期が最も危險である。故に小兒を育てるには夏期に最も注意し、老父母は冬期に最もよくいたわ

る事が、氣候學上より見た子を愛し、親に仕へるの道である。尤も之は西洋の話であるが、

日本ではどうかと云ふに、まだ此の如き統計表が見當りませぬ故、今春私の醫局の武井孝至君が沼津に轉地されたのを好機として、靜岡、沼津、興津の死亡統計を調べてもらひました、第三表がそれである。之れを見ますと、大體ハンブルグのに似て居りますが、唯異るところは小兒の死亡が冬に最も多くて、夏には冬より少いといふ事であります、此の沼津の如き氣候の良い土地と、新潟の如き氣候の惡い土地とを比較する爲め、新潟の死亡率を調べて見やうと思ひましたが、つひ間に合ひませんので、大正五年度丈のを表に致しました、即ち第四表を見ますと大體前二表と似て居りますが、小兒の死亡は冬より夏に多い、又老人は夏冬同様であります、尤も此れはたつた一年間の統計で、年數が足りませぬから、確實とは申されませぬが、要するに何れの土地に於きましても、五歳以上五十歳迄の抵抗力強き年齡の間は季節の影響を受けませぬが、小兒又は老人の如き弱き者は、季節の影響を受けて居る。

第二、土地の高低によりて氣候に差があります、西洋では略二千三百尺以上を高地氣候と云ひ、（輕井澤は三千尺、赤倉溫泉場は二千五百尺）千三百尺位より以下を低地氣候と云ひます、この兩者を比較しますに、高地氣候に於ては氣壓が低く、空氣が稀薄で、從つて氣溫低く、又空氣は乾燥し水分の蒸發が盛であります、日光は空中に吸收さるゝ事が少いため、光力は強く、殊に紫外線に富み、從つて高山に於ては日中は氣溫低きにも拘らず薄著でも寒くはない、尚空氣は清淨で、「オゾーン、ラヂウム」等の含有量が多いものである。

西洋では高山は夏涼しく、冬も寒くはないといふ處があるので、夏冬共に轉地保養所となつて居る處もありますが、日本では高山は唯避暑地として用ゆるのみであります、この高山氣候の特徴は一言にして云へば、身體の諸臟器を強壯にし、血を增し食慾

を高める、殊に適當なる高さでは、神經質の人は眠り易くなります、然し五千尺以上の高山に行くと却て害になることもありまして、アルプス山などでは一萬尺位も登ると、急に山岳病なるものを起す事があります、即ち俄に心悸亢進、呼吸促迫、胸部苦悶などの症狀が起るのであります、その原因は尚不明でありますが、唯高い計りでなく、空氣の鬱滯する事或は「ラヂウム」、空中電氣などの作用によるとも云ひます、近來高山に登る事が流行致しますが、日本にもさういふ山がないとも云はれぬから注意しなければならぬ、此の頃學生が高山に登つて死ぬといふ事が新聞に見えますが、或は氣候上の關係によるのかも知れません。

第三、低地氣候は地勢によりてことなるものである、即ち此れを海上氣候と平原氣候とに分ちます、海上氣候とは陸を去ること遠き孤島又は大洋の氣候を云ひ、濕氣に富み、晝夜氣溫の差少く、即ち平等であり、又風は概して強いが、然し塵芥黴菌は少い海濱の氣候も亦之れと同樣である、かゝる淸潔にして濕潤溫度平等なる空氣は、呼吸器系統に適當なる事明で、これに反して遠く海を離れたる平原に於ては、四季及び晝夜の氣溫、氣壓、氣濕に甚だしき差のあるものである、濕度は海に遠ざかる程減少するものである。

第五表(略)は大正五年度の新潟、前橋、神戸に於ける濕度を比較した表で、新潟は一年中濕度が同じ樣に多い。前橋は十二月から三月迄非常に乾き、六月から十月迄非常に濕氣が多い、神戸は前橋に似て居るが前橋ほど乾濕の差が甚だしくない。

第六表(略)は日照の比較で、前橋、神戸は同樣十一月から三月迄晴天が多く、夏は少ない、新潟は丁度反對で夏は晴天が多いが、冬著しく少ない。

次に新潟と沼津とを比較すると、氣溫は年中新潟が低く、殊に十一月から四月迄は三、四度寒く(表略)、氣濕は夏は殆ど同樣であるが、十一月から四月迄は沼津の方が著しく乾燥して居る(表略)、日照は

年中新潟の方が少く、殊に九月から四月迄は著しく日光が少い（第九表）、故に新潟の冬は殘念ながら健康地とは申されぬ次第である。

是等氣候關係は新潟測候所技手泉さんに取調べていたゞいたのでありますから、此の機會に於て同氏の御好意を感謝致します。

倘海濱氣候も平原氣候も、周圍の關係によりて又差異あるもので、即ち同じ海濱でも大平洋沿岸と日本海沿岸とでは著しい差がある、これは中央山脈のある爲めである、平原氣候も丘、森林、谷、土地の傾斜の方向、市街、原野等により異り、各々其特徴によりて森林氣候、砂漠氣候などの名がある、森林の中は涼しく、空氣は濕潤で風もなく塵芥も少く、殊に松杉のある森林では一種愉快な樹脂の匂があつて呼吸作用を高めるから、呼吸器病の療養所には適當である、西洋では森の中に保養所、森林學校などを設けてあつて、保養所の内には勞働者が一日市内で働いて、午後七時に此所へ來て夕食をたべ、よき空氣の内に一夜を明かし、早朝又市へ働きに出かける樣な仕組になつて居る所もある、即ち西洋ではかゝくまでにして勞働者の活働力を保全せんとつとめて居ります、砂漠では氣溫が甚だ高く、且つ空氣が著しく乾燥して居るから發汗作用を高め、從つて腎臟の働きを輕減せしめますから、腎臟病によいといふ事である。

斯の如く天候は地球上の位置、土地の高低、地勢其他の關係により種々相違し、身體上及び精神上に或は有益に、或は有害に影響するものである、それ故に適當なる天候の地に生活すれば、大いに健康を助長することが出來るわけであるから、轉地療養の第一要素は適當なる氣候を選定することであります。

然しながら氣候計りではない、其他土地、住居、飲食物の變るといふ事も、轉地療養の目的を助けるものであるから、此れ等の事にも充分注意を要する。

尙轉地すれば己れの職業と離れ、又家庭を去る事になる、此が又精神上に、重荷を輕減する事で、殊に日本の樣な時代の異つた、卽ち思想の異なつた家族が一所に生活をしてゐる家族制度の國では、種々なる精神の苦痛が起り得る、此の苦痛を脫して精神上の安寧を得れば、自然身體自己の生理作用が敏活になる、又轉地によりて日々眼に映ずる風景が變る事も、亦精神上に大なる影響のある事である。

然らばいかなる土地が轉地療養に適當であるかと云ふと、これを定むることは容易の事もあるが、又困難な事が多い者で、各病氣に就て之れをお話しする事は煩雜であるから、一二の例を申し上げますと元來病氣を治療する方針は、第一原因となる害毒を避ける事である、例へば眼病には黑眼鏡をかけて强き光線を避ける、胃腸病なれば不消化物を禁ずると同じく、直接空氣を扱ふ呼吸器系統の疾患では惡しき空氣を避ける、卽ち塵芥の多い冷たい空氣、又は氣溫の激變、不適當の濕度、此樣な土地を去つて空氣のよい土地に行けば良效ある事は見易き道理である、故に海上、海濱、森林氣候が應用さるゝ、又は土地の適當なるや否やは、咳や痰が減るとか增すとかして、氣候に對する反應が直き現はるゝからして土地の選定は容易である、之れに反して直接空氣を取扱はない臟器の疾患で、天候の作用によつて體力を增進し、病氣に打ち克つといふ樣な場合には、屢々土地の選定が困難なることがある、また神經衰弱、「ヒステリー」の如きは轉地によつて己れの職業を廢し、家庭の煩をさける事のみで、既に良效があるものであるが、其上尙天候の作用によりて體力を增進する事が出來れば、效果は一層顯著な譯である、然しながら、とかく神經質の人には、健康の人に感じない樣な事が强く精神を刺戟し、折角轉地して却て害になる事もあり、又意外に良效を奏する事もあるので、土地の選定に當つて大に困難する事がある、例へば眼の前に高山があると、壓迫さるゝ樣な感を起して堪へられぬ人があり、又海面のきら〳〵する

光を見ると興奮する人もあり、又海岸は海鳴がして眠られぬ人があり、又景色の變替を好む人もあり、昨年は好で滯在せし土地も、今年は不愉快に感ずる事もある、此れ等は其人其時の意向に關する事であるから、他より窺ひ知る事が困難である、然し私は一般に神經衰弱の方には、見渡す限りはてもなき風景を高所より見下す樣な處を推奬する、此の如き開濶なる景色は、煩悶苦勞の超脱を助くるものと信じます。

其他の病氣についても、夫々土地の選擇の方針を異にするが、餘り長くなりますから略します、唯一言申し添へたいのは、轉地療養は上述種々の事項が相重なりて奏效するものであるから、餘り一二の事項にのみ拘泥し過ぎないやうにする事が頗る肝要であります。

これを要するに吾人は空氣中に生活し、空氣を吸つて生存する以上は、空氣の善惡を選ぶことが必要である事は、恰も食物の良否を選定すると同樣であります、而して空氣中の現象には、土地及び季節の關係により種々の特長がありますから、此の特長をよく應用せば健康上良結果を來すべき事明であります、尚世の進運と共に、生存競爭は益々盛となり從つて身神を勞する事も多きが故に、其の自然の力を適當に利用して速に健康を保全する事につとめ、若し又不幸にして病に侵され、轉地せらるゝ場合も其の特長を利用して、速に健康を恢復して、國家のために盡瘁せられんことを切に希ひます。

演習と免疫　附(種痘の話)

醫學士　高峰博

かねが鳴るかよ撞木がなるか
　鐘と撞木のあひがなる。

人が病氣に罹るのも、これと同じ道理であります。

此の俗諺に言へる如く、鐘と撞木とが相ひ衝突して、

こゝに始めて音響が發するので然らずんば何處を探しても鐘の音だとか、撞木の音だとかいふものは存在して居りませぬ。人間の病氣も左樣で、決して昔の人が考へた如く、恐ろしい面相の惡鬼や、疫病神がどこかに隱れてゐて、人に取り憑くのではありませぬ。何か原因や刺戟が人體に來る時、例へば、寒い目に逢うたとか、消化のわるいものを喰べたとか黴菌が、傷口から這入つたとかいふ原因の爲に、人は發熱したり、嘔吐を催したり、又は皮膚に發疹乃至腫物等を生ずる。かうなつた時が、即ち人が病氣したのであります。しかも病氣の目的は、其の人を苦める爲めではなくて其の人を助ける爲である。何故なれば不消化物を嘔吐せしめるのは、之を胃の腑の中に入れておくと害になるからであり、皮膚の腫物の膿むのも、かうして有毒な細菌を殺して體外に排出する爲であり、高い熱を發するのも、かくして、或は新陳代謝を旺盛にし、或は發汗を促し、或は體内に侵入したる細菌や原蟲に作用して其の活力を減殺する效能があるので、いづれも皆、治癒に對する手段となるのであります。――此の際、然らば、熱はいくら高くても、亦口からいくら嘔吐しても、これは病氣の直る爲だからとて、醫者に相談しないのは、愚の極で、其の度を過ぎると、身體の他の部に故障を併發したり、又衰弱を甚しからしめますから、醫者は其の症狀を診察して、恰も船頭が、船を水の流れのまに〳〵捨てゝおかずに、時々刻々舵を取つて居る如くに病人をば扱ふて行くのであります。これが醫師の任務なのであります。これは早合點せられると、誤解を生じます――さて、こんな風に人が病氣するのも、實は人體内に故障が生じたから、之を除却する爲の目的であると申しましたが、尙此の事をばもつと分り易くお話致しますには、戰爭と演習の例を引けば宜しいでせう。

今、一つの國に敵兵が侵入したと致します。一大事であります。戰爭に參加する事の出來ない婦女や物の役に立たぬ兒童等は、危險區域外へ回避します

けれども、軍人たるものは、劍を揮るい、銃に裝彈して、いきほひ立ちて敵軍に抵抗するでありませう。更にまた、たとひ軍人たらずとも、屈強の壯丁は、蓆を旗とし、竹を槍としてゞも、馳せ參じて、國難に殉ずるでありませう　かくして國を守るのであります。人體内に於いても其の通りで若し或る黴菌が侵入したとすれば、直ちに血液中の白血球が先づ之に抵抗し更に澤山の白血球は其部分へ參集して來る。殊に其の敵を苦め殺すに最、適したる成分が體内に發生し、局部に運搬集中せられて一意、敵對防禦に努めるのであります。だからして體内は一大混亂の狀態で、或は高熱を發し、食慾進まず、全身倦怠の感を起す。これ當然の事でありまして、丁度、一國内に敵軍侵入するや、今迄の平安は忽ち破れて、民衆は右往左往に騷ぎ立ち、軍隊の輸送、彈藥の製造に忙殺せられて、商工業は一時に不振となつてしまうのと同じであります。けれども、是の如き混雜の狀態は、つまり、己が國の危急をば助け救はむが爲

で、決して敵軍と協同して、自國を滅す爲の行動ではない。即ち此の大混亂、大騷動も、其の目的は一時も早く自國の平和を望む爲であります。

偖、併し乍ら、敵軍の侵襲を蒙りて、こゝに始めて、軍隊を調練したり、彈丸を製造したりしてゐては、勿論、咄嗟の際の役にも立たず。自國にとりて甚しき不利である。されば平素事無きに當つて、豫め備ふる處があつて、何時でも召集に應じて、動員し得るのでなければなりませぬ。こゝに每年每年、日本國内でも、大元帥陛下統監の下に大演習が擧せられて、兵を練り、武を鍛へられる所以で、其の地方は、多少の動搖を蒙る。即ち田畑を荒らされたり、民家が軍兵を宿泊させたり、學校が兵營として使用せられたりして、一時、平和の狀態が亂れる、事は已むを得ませぬ。併し其の目的を考へて見れば人民は一時の苦痛を忍んでも、進んで其の國防事業をば贊助する義務があります。この演習によりまして、平素から精兵を養成し、銳利の武器を具備し得

る點が、恰も天然痘に襲れないうちに、痘苗をば腕に種ゑつけて、卽ち種苗を施して、輕く其の局部に疱瘡を感染せしめ、其の爲に體內には、疱瘡の毒に對する防禦物質を發生せしめて、全身に普及させおき今後、眞實の疱瘡がやつて來ても、直ちに其の細菌を撲滅する樣に取計ふのと同じことであります。かくして準備の出來たのを、疱瘡に對して免疫性を得たと申します。一般に免疫といふ事は、一旦或る傳染病に罹れば、今後は永く、其の病氣に再襲せられない事で、つまり上文に申上げた樣な例でお分りであらうと思ひます。そして、第一回の敵軍侵入の際には大驚慌を來して散々な目に遭うたが、其の刺戟の爲に、爾後其の國の兵隊がよく調練せられ武器も立派なものを貯へられて、それからは、もう滅多に敵軍の來寇を驚かぬ樣になつたとすれば、免疫のお話は、一層よく御了解にならうと存じます。例へば、子供が一度麻疹に罹れば、一生に二度とは罹病しないのも、一度天然痘になつて、顏があばたになれば、それからは免疫となるのも皆、かう考へればよろしい。免疫になる病氣は、今、申し上げた天然痘、麻疹の外に猩紅熱も、腸「チフス」等も左樣であります。之に反して、淋疾や、急性肺炎や、「インフルエンザ」や、丹毒等に對しては、人は一向免疫にはなりませぬ。否、却つて頻回罹り易い性質を得る傾向があります。これも注意せねばなりませぬ。

さて、近來、天然痘は大流行をして居りますが、唯一の豫防は言ふ迄も無く、種痘を施す事であります。けれども、其の免疫を得しむる期間は人によつて多少異りますが、五年乃至十年間と致しますから普通、何人も五年目に一度種痘する事を忘れてはなりませぬ。且、天然痘といふものは、二年乃至四年目に流行する傾きがありますから、尙更右の注意は必要であります。

抑々此の天然痘といふものは、古來より世界各國に流行した一種の傳染病で、其の都度兒童を苦め、親達を心配させて來ました。我が朝に初めて傳はつ

たのが、聖武天皇の天平七年で、當時、一人の波斯人が支那人と共に渡來した際でありまして、此の時に病毒が輸入せられたものと思はれます。其の年の春、「天下始めて豌豆瘡を病む。夭死するもの甚夥し」と記載してあります。只今からは一千百八十三年の昔に當ります。それから、約四十年後、即ち天延二年八月にも大流行があつたものと見えまして蜻蛉日記を讀むと。

「八月になりぬ。此の世の中は、疱瘡おこりてののしる。二十日の程に此の邊にも來にけり。助、いふ方なく重くわづらふ。……疱瘡世の中にもさかりにて、「此の一條の大上の大臣の少將二人ながら、その月の十六日になくなりぬ」といひ騷ぐ。思ひやるも、いみじき事限りなし」

とあります。右の文中、「もがさ」とあるのは天然痘のことで、尚、豌豆瘡とも、疱瘡とも、痘瘡とも申します。かくして、後世になるに隨ひ追々いろいろの迷信や禁厭の類が考へ出されましたが、滑稽なのは門戸に「子供みなるす」とか「此家皆不在」とか書いて貼る。或は又鮑貝の內面に「さゝら三吉今日より御宿」とかいて門柱に吊つておく。或は又「鎮西八郎爲朝御宿」とも貼札する。それから又昔の療法としては患者の顏面中に紅を塗つて、疱瘡の毒が眼の中に入るを防ぐのだといひ、其の他、蒲團、夜具、玩具、蚊帳の類一切紅色のものを用ゐて、疱瘡に罹つた子供を取扱うた事もあります。私は應賀の作、芳玉女の畫に成つた「子寶延命袋」といふ昔の本を所有して居りますが、疱瘡の事が書いてある本で其の畫も文字も、表紙もすつかり紅色であります。又、同書の奥附に、爲朝の錦畫の廣告も印刷してあります「奉書一枚摺。大爲朝。是はほうそうの節、家の内へ御はりおき被成候へば、至つて輕き事、誠に妙なり」。まことに妙な、馬鹿げた迷信でありますけれども、昔の風俗を知り、又笑ひ話のよい材料であります。

醫學の進歩によりて發明せられた、現今施行の種

痘法は、今から百二十二年前、(即ち西洋紀元千七百九十六年五月十四日にジエンナル(Jenner)といふ人が二十年間の苦心の後、從前の危險多き天然痘接種法を改良發明したのに依るのであります。それから二年後、彼は更に一段と改良し、其の後も追々研究實驗を重ねて、細い點には多少の改良はありますが其の根柢は實にジエンナルの此の大發明に依つて居るのであります。

(完)

病人の臥位に就て

莊司秋次郎

人の臥方には種々の習慣のあるものでありますが病人の臥方を觀ますと、これが診斷上大に意味のある場合が尠くない。診斷上では、能動的の臥位、被動的の臥位、又背位、高背位、側位、腹位等を區別致しますが、それに由て一定の診斷を下し得るは疑のないことでそれは、理學的に又生理上より容易に解釋することが出來るのであります。そこで病人が一定の臥位をとる場合に、それは果して醫師の方から見ても適當の臥方であるか或は不都合な臥方ではあるまいか、それは又如何なる場合であるかといふやうな問題が起るわけであります。

(一)背位　即ち仰臥位は合理的の臥位でありましてこれは又健康者に於ても病人に於ても先づ生理的の臥位であると見て宜しからう思ひます。この背位に於きましては身體の重味は最も廣い基底の上にかゝり、大きな血管や神經の壓迫せらるゝこともなく、この位置を保つには別に筋肉の共働作用といふことも要らず、全く唯寢てゐれば宜いわけでありますから、最も長時間この體位を保つことが出來る。往々一月も二月も別に疲勞せずに、仰臥を續けることが出來るのであります。この背位に於て支點となる處が四個所あります。即ち後頭と兩方の肩胛骨と薦骨部とそれから足の踵の處とであります。然るにこの

四箇所の支點は飛離れて居つて一平面內に在りませぬ爲めに、その間に窪みを生ずる、即ち頸と肩の間、肩と腰の間、腰と踵の間に上の方に凹んだ隙間が出來ます。若し長い間仰臥位をとらねばならぬやうな場合には、この空隙の出來る處に適當な充塡物をして、身體の重味が平等に分配されるやうにしなければなりません。さうでないと身體の重みは常に以上の四點にのみかゝりますから、彼の褥瘡の出來るのは何時でも、此の部分であります。それ故に空隙の生ずる所に充塡物をして、重味を全體に平等に分つて、右の四點にのみ掛る壓迫を輕くしてやる必要があるのであります。次に背位は身體の下の方になる半分が全く覆はれ居るから身體の溫放散が尠ない、これは冬季に寒い室に寢て種々の體位に變換して見れば、よく分かることで、仰向に臥て蒲團を著てゐるのが一番暖かであります。斯う云ふ事からして背位は溫かい快よい感じがすると同時に、筋肉の緊張がありませんから、從つて弛緩した、頼のない又力の無いやうな感じがするものであります。斯ういふ風でありますから、背位は自然に安息になり、輕く睡眠を促し全體の力を强める效があるわけであります。然るにこの正しい背位といふものは、健康者でも病人でも餘り好んで守る所の姿勢ではありません。背位をとつても、それは暫時間で、なか〱長い間背位を續ける人は少ないものであります。

屢々所謂ウナサレル病人は、到底長く背位を保つことは出來ません。醫師もこの場合には敢て仰臥を强いず、時によつては禁じなければなりません。又心悸亢進、即ち動悸のする病氣、例へば心臟病、其他の血管系統の病氣の時などにも矢張背臥位は他の臥位よりも具合の惡いものであります。これは恐らく胸や腹部の內臟が多少心臟や大動脈管を壓迫して幾らか循環の障碍を覺えるからであらうと思はれます。

病人が背臥位を取ることの出來ない場合、或は背臥位を取つては不可い場合はどんなものかと云ひま

すと、先づ心臓の病氣、特に滲出物のある場合、一側の肋膜炎及び肺炎、胸腔に何か新生物のある場合急性或は慢性肺氣腫、肋膜及び肺の損傷と云ふやうな場合でありまして、是等の時に如何なる臥位を選ぶべきかと云ふことは大抵病人自身の氣分に任せなければなりませんが、茲には、唯臥位に就て醫師の注意する事柄だけを申述べて見ますならば、例へば肺炎に罹つて居る病人は、その惡い方の側の胸を壓つけぬやうに、成るべく輕安にするやうに寢かさなければなりません、乾性の肋膜炎、卽ち水などの溜らぬ肋膜炎の時も同樣であります。之に反して肋膜に水の溜る場合には、成るべく健康側の肺を壓迫せぬ樣に注意しなければなりません。少し精しく說明して見ますならば、例へば右側の滲出性肋膜炎の場合に背臥位、又は左側臥位を取ると致しますと、第一に右側の肺の働の不充分な所を補なつて餘計に呼吸に努める健康な一方の肺を身體と滲出物とで壓迫して、その代償作用を妨げるのみならず、外の方に出て充分被はれない胸の部分は多く溫を放散して、皮膚から深部までも冷えて滲出物の吸收を惡くすることになります。斯ういふわけでありますから、胸の右側に水の溜つた場合に、右側を上にし或は仰臥してゐるのは少なくとも甚だ不利益な臥位であります、この場合には是非左側を上にして休むのが正當であります。尤も斯樣な場合には、大抵病人は自然に適當な臥位を取るものではありますが、併し往往熱の高い病人、又は全く昏睡狀態になつてゐるやうな病人になりますと、自分では如何なる體位をとれば最も輕安であるかと云ふ本能を現はすことが出來ませんこの場合に全く病人の取る體位をそのまゝに致して置きますと、非常に惡結果を來すことがありますから、斯樣な場合には、是非醫師の診察に依て適當の位置に患者を寢かすことが必要であります。

この普通の背臥位の外に高背臥位及び低背臥位と云ふものがあります。高背臥位は、頭部の方を高く

した背位でありまするが、この位置は醫者の方では如何なる場合に應用致しますかと申しますと、呼吸が困難で頸部の筋肉が努力するやうになる場合であります。卽ち肺氣腫であるとか、神經性喘息であるとか又心臓機能不全、種々の種類の偏頭痛、腦充血又は酒精中毒の結果眩暈がするやうな場合であります。高背臥位にも單に頭を高くするのから殆ど半臥位に至る迄の次第があります。この位置は、腦の血液循環の機械的調節作用をなすものでありまして適切に應用すれば治療上頗る大切な役目をするものであります。

次に低背臥位は如何なる場合に應用されるかと申しますと腦に多く血液を流入させやうと思ふ場合卽ち失神、腦貧血及び種々の身體部分からの出血等の場合、又その豫防の目的に應用する事があります。これにも亦種々の次第がありまして、場合に由りては全く頭部を下にさげる事もあります。一例を擧げますと兵隊屋敷で一名の非常に強壯な兵隊が醫務室に報告にやつて參りましたが、室に這入て不動の姿勢をとつて一言二言云ひます中に急に死んだやうになつて卒倒致しました、そこで水をふきかけたり藥をなめさせたり致しましたが一向效がありませんので遂に足を以て顚倒にして強くふりました所がそれで漸く恢復いたしました。段々聞いて見ますと、この兵隊は歯が痛んで二晩ばかり眠れなかつたさうであります、其爲に強い腦貧血を起したので、かやうな場合には低背臥位も極端にとんぼかへりをするまでの位置になり、更に進んで振つて初めて效を現すに至るものであります。

中等度の背臥位は又腦出血卽ち卒中の場合には殆ど水平の位置になるやうに致します。一寸考へますと、この時は全く頭を起した方が宜さうに思はれますが、かやうな狀態の時は大抵心臓が強く働きまして、抵抗が強いほど心臓も努力するものでありますから、餘り頭を高く致しますと血流が烈しい勢ひを以て動脈の傷付いて居る處へ進入するやうになりま

すから、これに由て却て出血を大きくする虞がありますので、この場合には寧ろ患者を水平の位置に臥すのが常であります。

尚背臥位の不適當な場合又は背臥位を取る事の出來ない場合を擧げて見ますれば、背中と腰の癤腫及び火傷などの場合は勿論、久しく背臥位になつて居つて、その爲に褥瘡が始まりかけた場合、背臥位で疲勞した場合等であります。この褥瘡や疲勞を豫防致しますには、煮沸水に只の酒でも「アルコール」でも混せて日に一回位背部や腰部の皮膚を拭いてよく乾かして置くのであります、かやうに致しますと皮膚の血液循環をよくし、血管の緊張力を高め、精神を爽快にし、氣分をよくする效能があります。尚長く背臥位を續けなければならぬ場合には、敷布や蒲團の清潔及び乾燥に注意し、又皺のよらないやうに、凹凸のないやうに注意する事が大切であります敷蒲團の餘り固いのは無論いけませんが餘り柔らか過ぎるのもいけません。これは病人でなくとも實際自分で臥て見ればよくその心持ちがわかります。西洋では敷蒲團には馬の毛をつめたのが最もよいと云はれて居ります、併し必ずしも馬の毛でなくとも、馬の毛をつめた位の固さなればよろしい譯であります、鳥の羽毛などをつめた敷蒲團は暫時間は甚だ心持ちがよいやうでありますが、少し永い間臥て見ますと、決して心持ちのよいものではありません。枕のつめものも矢張蒲團と同じ位のかたさで、頭の重味で直ぐ凹むやうではいけません。この頭の位置に就てはその病氣々々に依つて醫師の指圖を待つて定むべきであります。

次に普通の背臥位の必要な場合又適當な場合を數へ擧げて見れば次のやうな時であらうと思ひます。

一、產褥時に分娩後八日乃至十日間。

二、肺、胃、腸、子宮等の出血の際、但しこの際は稍々頭部を低くする。

三、腦出血の場合、これも略二の如くする。

四、重症の胃腸病の場合、例へば嘔吐のある胃炎、

下痢、赤痢、又胃潰瘍が胃の後壁にある時、虎列剌、殊に胃腸を侵した中毒の場合と。

五、急性關節の僂麻質斯。

六、腹膜炎、この時は餘り大きくない枕のやうなものを膝の下に入れ少し足を縮めた方が適當である。

七、兩側の肺炎及び肋膜炎。

八、腦膜炎。

九、失神、貧血、この時には低背臥位をとる。

十、高臥位は喘息、肺氣腫、氣管に異物があつて呼吸の妨げらるゝ場合、「クループ」などの時。

背臥位の不適當な場合は、大概次のやうな時であります。

一、肺水腫、又肺の就下性充血と云ふて衰弱した病人が久しく臥て居る時に肺臟の下になつて居る方に血液が滯ほる、かう云ふ時には背臥位の不適當な事は當然である。

二、外傷や病的に胸廓の皮膚に氣腫の起つた場合。

三、心臟病の多くの場合。

(二) 腹位　は唯稀に觀察される所のものでありまして、健康者が肘で上體を支へて一寸休息する場合に不完全な腹位をとる位のものであります、完全に腹臥位をすれば既に呼吸が妨げられますから、到底根本的の害ではありません、それで病人や昏睡して居るものには、これを禁じ或は矯正しなければなりません。

胃痙攣、腸疝痛などの場合には患者は腹位をとつて、その痛みのある部分を壓しつけて居ります。又火傷やその他の損傷のために背位も側位もとれぬ時に止むを得ず腹位になつて居るのを見ます。かやうな時に適當に頭を向け直して樂に鼻呼吸の出來るやうにし、なるべく樂にその位置を保てるやうに世話をしなければなりません。

健康者、殊に兒童に於ては單に呼吸のためのみならず、腹位をとる時には溫度及びその他の刺戟の爲

に、生殖器を刺戟する爲に手淫等の惡癖を來す虞があるからこの點からも禁じなければなりません。然し或人は暴食を防ぐには腹這ひになつて物を喰べさせれば、小兒は過食する虞がないと申しましたが、これも一の方法であります。

（三）側位（右側位、左側位）。

（ア）、右側位は私の經驗では健康者に於ても、病人に於ても出來る場合には自然に一番多い臥位であります。身體の側壁は面が狹い爲に平均が不安定で、全身の土臺には出來ません、卽ち側臥位は不完全な臥位であつて、多少腹部や背部の一部分に據て助けられねば落付きがとれません、右腹側臥位に於てはその容積が大きい爲に、その位置に變化を受ける所の臟器は心臟と胃であります、心臟が實際多少右前方にずれる事はこの位置を長い間持續する場合に、心尖搏動が強くなり、その濁音部が廣くなるので分ります、それ故に心臟が肥大して居る時、或は心囊に液體が溜まつて居る時には、右腹側位は禁じなければなりません。實際患者もその移動と壓迫は不快に感ずるものであります、さうして苦悶を來たし、往々眞の心臟痛を發する事もあります。

健康者に於きましては、此等の移動は格別の意味はありません、實際餘り感じませんが病人になりますと又別な者であります。胃の右方移動も極僅で格別の意味はありません、これが爲に循環を妨げられる事も消化を害される事もありませんが、然しこれも亦種々の病氣の場合には無關係と云ふ譯にはまゐりません、例へば膽石症とか、肝臟神經痛とか云ふやうな場合になりまするとこの僅の胃の變化に依りましても痛みを增し、或は直接これに由つて痛みを起す事もあるのであります。

醫師は病人に右側臥位をとらしめて、身體左側の壓迫を少なくし、右側の病的產生物を適當の壓迫と溫度に由つて吸收せしめるに勤め、治療上大に效果を收める事があります、例へば左側の肺炎、或は肋膜肺炎、右側の肋膜炎、肝臟膿瘍などの場合であり

ます。それで右側臥位は滲出性肋膜炎の時には、他の臥位よりもよく滲出物を吸收せしめますが、然し肋膜炎の初めには一寸よろしくない事があります。右側臥位は又脾臟の病氣の場合、例へば痲剌里亞惡性貧血、或は澱粉樣變質だとか云ふやうな病氣の爲に脾臟がひどく腫れて居ると云ふやうな場合には矢張害になりまして、かやうな時には若し他の臥位をとれなければ腹部の上より繃帶を以て脾臟をその位置に固定して置かねばならぬやうな事があります。又遊走腎と云ふて、腎臟の紐が緩るんでその位置から動く病氣がありますが、この時にも矢張しつかり腹帶をしなければ右側臥位をとる事の出來ない場合が往々あります。

以上述べました所より右側臥位の適當な場合を擧げて見ますと、次のやうな時であります。

一、左側の肋膜炎及び肋膜肺炎。
二、右側の肋膜炎。
三、膽石症、肝臟膿瘍等。
四、健康者の睡眠時の合理的臥位として。

前に述べた所から考へますならば右側臥位の禁忌の場合は自から分る譯でありますが、これは主として實地醫家の事に屬しますから大體この位に止めて置きます。

（イ）、左側位も右側位と同じく均衡が不安定で決して完全な體位ではありません、左側臥位に於ても、右側臥位に於ても考へなければならぬ事は、腕の位置であります、若し腕が體の下に敷かるゝ時は、その爲に腕の壓迫痲痺を來たします、これは殊に泥醉者、昏睡者等に見る所であります、左側位に於きましては、左の胸廓半部はかなりその運動を妨げます又心臟はその重力に從つて、胸壁に接著し、その部分で強く搏動を感じます。然し右の肺臟は頗る自由になつて、よく呼吸が出來て廣がります、腹腔にある大きな臟器即ち肝臟は左の方に移動し、右の腎臟が動くやうな場合にも矢張左に下がります。かう云ふ點から見ましても左側臥は健康者にとつて合理的

の體位であるとは申されません。壓迫と移動に依て強くなる所の心臟の働きは、神經質の人に於きましては往々心悸亢進と云ふ程度に至りまして、到底この位置では睡眠する事は無論長くこの位置を保つ事は出來ません、これには腹腔内に自由に下がつて居る肝臟が大分關係して居ります。それで心臟の位置が下になる爲に、動悸が著しく氣になつて眠れぬやうな場合には、一時體位を變換すれば效のあるものでありますが、然し概して神經衰弱、「ヒステリー」、心悸亢進等の場合には左側臥は不適當であります。背臥位が都合の惡るい場合には精々半側背臥位をとるのが適當であります、然しながら内臟の病氣、又は外科的の損傷などでは左側位をとらなければならぬ場合もあります、殊に產科婦人科に於きましては治療上種々の場合に左側臥位を必要とし、或は便利の事がありまするが、それは餘り專門的の事になりますから略します。

最後に普通の人の健康時の臥位は、大抵前にも述べました通り、右側臥位をとる人が多いやうでありますが、種々前に述べました所を綜合して考へて見ましても、均衡の不安定と云ふ事を除いては最も適當な臥位であらうと思はれます。その不安定な所は正しい右側臥位よりも僅に背位に傾けばよろしい譯で、或は少しく腹位に傾きましても多少肝臟が壓迫される氣味があるかもしれませんが、輕い肝臟の壓迫は別に苦るしいものでもなければ不快を感ずるものでもありません、却て人に由つては背臥位で肝臟部に手を當てる方がよく睡眠が出來ると云ふ人さへもあります、こゝで一寸思ひ出しますのは、かのお釋迦樣の涅槃像でありまするが、お釋迦樣もどう云ふ理由かは存じませんが、矢張寢る時には右側臥を勸められたやうであります、それは阿含經の中に獅子臥法と云ふ事が書いてあります、それを一寸お話して見ますと。

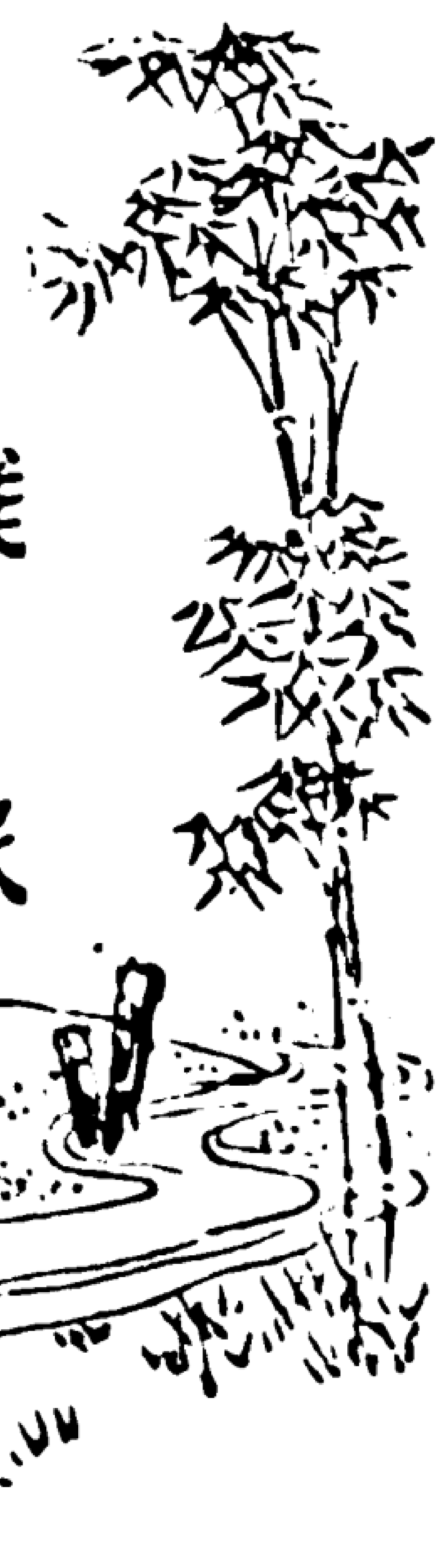
或る時お釋迦樣が王舍城に遊んで巖山中に居られた、その時にお釋迦樣が侍者の阿難に仰せらるゝの

は、阿難よ汝臥する時には當に獅子臥法の如くするがよい、と言はれた、そこで阿難は世尊よ、獸王獅子の臥法とは如何なる事で御座りませうか、と問ふた所が、お釋迦樣のお答へには、阿難、獸王獅子は・晝は食の爲に窟を出で往くが、窟に入りて眠らんとする時は、足と足を累ねて尾を伸ばして後の方に置き、右脇で臥し、そして夜を過す、夜が明けると云うと、あたりを回顧し、身の周はりを見る、若し身體が不正であれば喜ばず、若し身の周はりの正しいのを見れば卽ち喜ぶ、かやうにして起き上がつて窟より出る、出で終つて、しきりと呻をして、それから自から身體を觀察し、四方を顧みて臥す、四方を顧み終つて再三吼へる、再三吼へ終つて、卽ち往いて食を求める、獸王獅子の臥法は是の如くであると云はれた、そこで阿難は獸王獅子の臥法は是の如くでございませうが、比丘の臥法は當に又如何に致したものでありませうかと伺つた。そこでお釋迦樣は比丘どもの乞食の方法から、經行、坐禪に依て心中の諸の障碍を淨除くことを說かられた末に、既に中夜にもなつて室に入て臥せんと欲するときには優哆邏僧といふて袈裟を四疊にして牀の上に敷き、僧伽梨といふて上著の衣を疊むで枕とし、右脇にして臥し、足々相累ね、心を正しくて休むべきことを敎へられた。この獅子喩臥法を敎へられてから初めて左脇を以て臥さぬやうになつたとは、尊者阿難未曾有法の一つである。卽ちお釋迦樣及其の弟子共は平素右側臥位を常規としたものと見えます。

右の獅子臥法は如何なる根據より最良の臥法とせられたものかよく分かりませんが、兎に角右側臥位を好む人の多いことは事實であり、又確かに健康者にとりては比較的障碍の少ない、長く保てる體位でありますが、併し何う見ても仰臥位が普通一般に最も合理的基本的の臥位であると云はなければなりません。

尙ほ最後に一言申し添へますことは、長い間牀に就て居る病人の寢牀を換へ、その臥位を適當に變換

することは治癒上甚だ有益な事であります。これに依て患者は大變氣分が善くなり、著しく爽快になつたと云ふて喜ぶことは往々經驗する所でありまして許す限りは毎日蒲團や敷布や病衣までも洗濯したものに換へてやつて、同時に病氣の換氣法、清潔法、採光法等の一般衞生に氣をつけたならば、確かに病氣の治癒は早いと信じます。何うかすると、醫師も看病者も唯藥の處方などばかりに腐心して、病人の寢牀や臥位などに就ては殆んど無頓著になるやうな傾がありますから、互に注意して、殊に常に病牀に侍してゐる人は、充分氣をつけて患者の意を汲むで、醫師と相談をして出來得るだけ病人の樂なやうに、心持の好いやうに、苦惱を輕減し、早く恢復するやうに努めなければなりません。これには病人の臥位は大なる意味のあるものであります。特に經過の永い病人、又は意識の明瞭を缺いてゐるやうな病人にありては、大に意を用ゐなければなりません。



雜報

○種痘勵行通牒

内務省衞生局にては去る二月六日附を以て左記依命通牒を各地方長官宛て發送したり。

客春來大阪府、兵庫縣を中心として殆んど各府縣に渉りて發生したる痘瘡患者は實に五千百餘名の多きを算し、近來稀なる流行を呈したりしも、幸に九月以降に於ては患者の發生甚しく減退するに追び、其終熄の期亦た近かるべく被存候處本年に入りて再び福岡、熊本、香川其他數府に續發を見るに至り、漸次各地に蔓延の兆有之候、加之時恰も流行の季節に際會し、殊に支那方面に於ける痘瘡は益々猖獗を極めんとする者の如く、現に海港檢疫に於ても屢々痘瘡患者を發見する等内外の狀況に照し、再び昨年の如き慘禍を繰る事なきを保し難く、洵に憂慮に堪えざるもの有之候、本件に關しては、客年二月發東第二〇號通牒の次第も有之、充分御配慮相成居候儀とは被存候得共、本年發生せる患者の狀況を見るに、未種痘者尠なからざる事實あるは、畢竟種痘の勵行せられざるの結果に外ならざるべく被存、甚だ遺憾に堪えざる儀に有之候に就ては、此際戸口調査を勵行し、種痘を忘れる者を精査して種痘を行ひ、及定期種痘を繰上げ且つ任意種痘を奬勵する等、一層豫防撲滅に竭され候樣致度云々。

○東京市の大種痘

東京市にては今回未だ種痘せざるもの約八十萬人と

推定し、一人につき費用凡そ五錢として約四萬圓の豫算を以て本月十五日より六月十五日迄市民に對し種痘を行ふことゝなれるが、その方法は各區の狀況に依り左の三法中の一によりて實行することゝなれり、其一つは巡回種痘にして、醫師一名、吏員二名看護婦二名、人夫一名を以て一班を組織し、三班の中一班は夜間の割合にて各戸を巡回することゝし、他の方法は同樣の種痘班を組織し寺院、學校、寄席等適當の箇所に召集して種痘することゝし召集區域廣きときは二班を置く、又この外に一定の切符を各戸に渡し附近の醫師に種痘を乞ひ、醫師は其切符を以て區より費用の交付を受くる方法を設けたるが、細民部落に對しては必ず巡回種痘を勵行すべきことを條件とせり。

○結核豫防「フイルム」

日本結核豫防協會にては先年結核豫防劇「回る春」を上演して結核の知識普及に成功したるが、其當時より遠山博士等指導の下に結核豫防「フイルム」の編成に努めつゝありしが、愈々去月完成し大日本私立衞生會々堂に於て試驗映寫を終り、近く當局の檢閲を受くる筈なり、右は本邦に於ける結核豫防「フイルム」の嚆矢にしてその撮寫には一千數百圓、一個月餘の日子を費せりと、全長の映寫二時間半の長尺にて上二卷は敎訓本位にて結核の何者なるかを知らしめ下三卷は興味を中心として不如歸の浪子、八百屋お七等が出で來り恐らく模範的豫防「フイルム」なるべしといへり。

○慈愛館設立計畫

西伯利亞以南滿洲地方其他に散在せる日本の醜業婦總數は現今尙ほ五千名以上に達する由なるが是等は内務省令によつて大正八年末限り悉く内地に送還さるゝ事となり居るより愈々送還されたる曉之を何處に收容すべきかは婦人救濟事業に携はる人々の間に問題となり居りしが豫て此の事業の爲めに最も盡力し居れるは婦人矯風會經營の府下大久保なるクリンテントン慈愛館にして館長ベンロット女史は明治

四十年以來獻身的に働きつゝあり今日までに救濟したるもの數百名、現に收容中の者七十餘名ありと云へるが之に要する一ヶ年の經費六千圓は殆ど米人の寄附を以て支辨され居れりと云ふ、尙ほ醜業婦送還の問題については此程矯風會にて役員會を開き矢島楫子、島田信子、山崎千代子女史等、外人側にてはベンロット女史外數人出席して協議の上取り敢えず三府及び開港場に各一ヶ所づゝ慈愛館を建設して收容所に充つることに決し其の資金及び現在收容所費の爲に有志の寄附を募るべく運動中なりと。

廣告

○婦人衞生會三月例會

同會は去る十一月午後一時半よりお茶の水高等女學校附屬作樂館に於て開會、當日の講師高島平三郎氏は『人と自然』といふ演題の下に、天文、氣象、地理歷史より廣く生理學、人類學等の學說を引用し、專門の心理學に融會して人と自然との關係を極めて趣味豐かに且平易に說き、最後に眞の衞生は自然に適應するにある旨を述べられたり。次に瀨川博士は『傳染病豫防法、特に種痘に就て』各種傳染病の傳染經路、その豫防法、特に幼稚園、小學校と家庭との關係及び目下流行の形勢ある天然痘に對し種痘の注意を述べられたり。當日は役員及び會員の他に高等女子師範生徒諸姉の傍聽ありて可なりの盛況を呈せり。出席役員の氏名を記すれば左の如くなりき。

濱尾作子	鳩山春子	長谷川仲子
天野多喜子	菊地峯子	三宅藤子
岡田德子	緒方悅子	服部繁子
三浦敎子	中濱芳子	丹波貞子
松井正子	吉岡彌生	小川孝子

以上出席順

○大正七年一月新年會當日寄附

一金五圓也　侯爵夫人　鍋島會長
一金五圓也　男爵夫人　濱尾副會長
一金五圓也　男爵夫人　關　郁子

○入會者

新潟支會　特別會員　渡邊操子
同　岡マツ子

○竹山れつ子紹介

○中村しげ子紹介

特別會員　宮岡ハナ子
宮本きく子
宮原いく子

○轉居

臺灣より臺灣臺中作業所官舍へ
朝鮮より朝鮮元山府仲町二丁目へ

私立大日本婦人衛生會役員氏名

總裁　東伏見宮妃周子殿下
會長　侯爵夫人　鍋島榮子
副會長　男爵夫人　濱尾作子

（いろは順）

幹事　鳩山春子
同　岡田徳子
同　山木多穂子
同　松平芳子
評議員　入澤常子
同　濱田捨子
同　原みつ子
同　西外子
同　緒方悅子
同　小川孝子
同　片山龜子
同　丹波貞子
同　田村きよ子
同　鶴原誠子
同　中濱芳子
同　子爵母堂　松井正子
同　小松いさ子
同　天野多喜子
同　菊池米子
同　宮本樂子

同　長谷川仲子
同　高木鐐子
同　三浦教子
同　羽田三緒子
同　服部繁子
同　仁禮壽賀子
同　土肥多越子
同　岡山とし子
同　男爵母堂　加藤鈴子
同　吉岡彌生子
同　高橋孝子
同　武田貫子
同　男爵夫人　南部隈子
同　山口貞子
同　古市幸子
同　近藤憲子
同　岸澄子
同　三宅藤子
同　守屋千代子

婦人衛生雜誌代價及廣告料

代價

一冊　定價金貳拾錢　郵税壹錢
三冊（三ヶ月分）　前金郵税共　金四拾五錢
十二冊（一ヶ年分）　前金郵税共　金壹圓八拾錢

廣告料

一頁　六十二行　一行二十三字
壹頁　金五圓　半頁　金貳圓五拾錢
○特別廣告　壹頁金拾圓　半頁金五圓
○半頁以下行數ヲ以テ計算スルモノハ一行貳拾五錢

規定

○本誌購讀申込ノ節ハ前金三ヶ月分以上本會事務所宛ニ送附セラルベシ但シ見本ハ郵券ニテ貳拾壹錢代用苦シカラズ○本誌休讀ノ節ハ速カニ報知セラルベシ通知ナキ分ハ購讀者ト見做ス但シ後金ニハ割引ナシ○轉居ノ節ハ新舊宿所通知セラレタシ

大正七年三月十七日印刷
大正七年三月二十日發行

編輯者兼發行者　東京市本郷區駒込千駄木町五十八番地　莊司秋次郎
印刷者　東京市本郷區駒込林町百七十二番地　櫻井新三郎
印刷所　東京市本郷區駒込林町百七十二番地　杏林舍

發行所　東京市本郷區駒込林町二番地　私立大日本婦人衛生會事務所

賣捌所
東京市本郷區龍岡町　吐鳳堂
同市銀座四丁目　東海堂
同市京橋區鈴屋町　良明堂
同市本郷區本富士町　明文館
同市同區春木町　南江堂支店
京都市寺町二條南入　若林茂一郎
東京市日本橋區吳服町　北隆館
同市神田區表神保町　東京堂
同市本郷區本富士町　盛春堂
名古屋市榮町六丁目　丸善書店

婦人衛生雜誌第三百四十號（大正七年三月二十日發行）明治四十三年十二月一日第三種郵便物認可（毎月一回廿日發行）

